



TAMPEREEN
YLIOPISTO

LÄHETYSSAARNAAJASSA SAUNAN JÄLKEEN VAI JOTAKIN MUUTA?

– Seksistä puhuminen parisuhteiden alkuvaiheessa

Essi Järvinen

Puheviestinnän pro gradu –tutkielma

Tampereen yliopisto

Viestinnän, median ja teatterin
yksikkö

Kevät 2016

TAMPEREEN YLIOPISTO

Yksikkö – School Viestinnän, median ja teatterin yksikkö	
Tekijä – Author Essi Järvinen	
Työn nimi – Title Lähetysaarnajassa saunan jälkeen vai jotakin muuta? – Seksistä puhuminen parisuhteiden alkuvaiheessa	
Oppiaine – Subject Puheviestintä	Työn laji – Level Pro gradu -tutkielma
Aika – Month and year 06/2016	Sivumäärä – Number of pages 72 s + liitteet 2 s
Tiivistelmä – Abstract <p>Seksuaaliviestinnällä nähdään olevan selvä yhteys suhdetyytyväisyyteen. Seksistä puhuminen koetaan kuitenkin usein kiusallisena ja parisuhteen epävarmuutta saatetaan vähentää välttelemällä arkoja puheenaiheita. Suuri osa seksuaaliviestinnän aiemmasta tutkimuksesta keskittyy pitkien parisuhteiden tarkasteluun. Sen sijaan suhteen alkuvaiheen seksuaaliviestintää on tutkittu vähän. Tämän tutkimuksen tarkoituksena onkin selvittää, millaista seksuaaliviestintä on parisuhteiden alkuvaiheessa, jolloin epävarmuutta on oletettavasti eniten.</p> <p>Tutkimuksen avulla voidaan lisätä tietoisuutta seksuaaliviestinnän merkityksestä parisuhteessa. Lisäksi seksuaaliviestintää voidaan käyttää työkaluna parisuhteiden tyytyväisyyden tarkasteluun: seksuaaliviestinnän kautta on mahdollista ymmärtää laajemmin osapuolten käyttäytymistä ja viestinnän vaikutusta suhteen kehittymistä ajatellen. Parisuhteen seksuaaliviestintä vaikuttaa myös yksilön seksuaaliseen itsetuntoon ja minäkuvaan, minkä vuoksi tutkimus tässä kentässä on tarpeellista.</p> <p>Laadullinen tutkimus toteutettiin teemahaastattelumenetelmällä. Tutkimukseen osallistui 10 haastateltavaa – vastaajat olivat 21-40 vuotiaita miehiä ja naisia, joiden parisuhde oli haastatteluhetkellä kestänyt kahdesta kuuteen kuukauteen. Aineisto analysoitiin teemoittelemalla.</p> <p>Tutkimustulokset osoittavat, että seksistä puhumisella nähdään vahva merkitys parisuhteen toimivuudessa. Suurimmat muutokset seksuaaliviestinnässä tapahtuvat ensimmäisen kahden kuukauden aikana, jolloin korkeimmasta epävarmuudesta päästään eroon ja avoimuus lisääntyy. Seksuaaliviestinnän nähdään lisäävän luottamusta, mikä heijastuu suhde- ja seksuaaliseen tyytyväisyyteen. Yleisin seksiin liittyvä puheenaihe on seksuaaliset mieltymykset. Entisistä kumppaneista halutaan keskustella, mutta yksityiskohtien jakamisella ei nähdä suhdehyötyjä. Seksuaaliviestintä on rakentavampaa, positiivisempaa ja tunteellisempaa suhteessa muuhun viestintään.</p>	
Asiasanat – Keywords seksuaaliviestintä, parisuhde, epävarmuus, suhdetyytyväisyys, seksuaalinen tyytyväisyys, läheisyys	
Säilytyspaikka – Depository Viestinnän, median ja teatterin yksikön kirjasto	
Muita tietoja – Additional information	

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	5
2	PARISUHDE JA VIESTINTÄ.....	7
	2.1 Parisuhde.....	7
	2.1.1 Parisuhteen tutkimus ja kulttuuri.....	8
	2.1.2 Suhde- ja seksuaalinen tyytyväisyys.....	9
	2.2 Parisuhdeviestintä.....	10
	2.3 Seksuaaliviestintä parisuhteessa.....	12
3	LÄHEISYYS JA EPÄVARMUUS PARISUHTEESSA.....	15
	3.1 Läheisyys.....	15
	3.2 Epävarmuuden vähentäminen.....	16
	3.3 Suhteen turbulenssimalli.....	17
	3.4 Puheenaiheiden välttely.....	18
4	YKSILÖN SEKSUAALISUUS.....	21
	4.1 Seksuaalisuuden määrittelyä.....	22
	4.2 Seksuaaliset mallit.....	23
	4.3 Seksuaalinen itsetunto.....	25
	4.4 Seksuaalinen itsestäkertominen.....	27
5	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS.....	29
	5.1 Tutkimusasetelma.....	29
	5.2 Tieteenfilosofiset lähtökohdat.....	31
	5.3 Laadullinen tutkimusote.....	34
	5.4 Teemahaastattelu.....	35
	5.4.1 Aineiston keruu ja vastaajat.....	37
	5.4.2 Aineiston analyysi.....	39

6	TUTKIMUKSEN TULOKSET.....	41
6.1	Seksuaaliviestinnän merkitys ja tunteet.....	41
6.1.1	Puheenaiheet.....	41
6.2	Suhdetyytyväisyys.....	46
6.2.1	Läheisyys.....	42
6.2.2	Seksuaalinen tyytyväisyys.....	44
6.3	Epävarmuuden vähentäminen.....	44
6.4	Tulosten yhteenveto.....	51
7	POHDINTA.....	52
7.1	Keskeisimmät tulokset ja johtopäätökset.....	52
7.1.1	Puheenaiheiden valikoituminen.....	52
7.1.2	Seksuaaliviestinnän vaikutus parisuhteeseen.....	53
7.1.3	Epävarmuuden vähentäminen.....	56
7.2	Tutkimuksen arviointi.....	58
7.3	Lopuksi.....	63
	KIRJALLISUUS.....	64
	LIITTEET.....	73

1 JOHDANTO

Seksi on yksi vahvimista markkinakoneistoa pyörittävistä voimista, joten siltä on lähes mahdotonta välttää nykykulttuurissa. Ero median luoman ”seksikuvan” ja makuuhuoneissa tapahtuvan kanssakäymisen välillä saattaa kuitenkin olla kuin yö ja päivä. Seksuaalisuus kuuluu ihmisluontoon, näyttäytyi se sitten millaisena tahansa. Seksiin ei tulisi suhtautua pelkkänä fyysisenä toimintona, sillä se on kokonaisvaltainen heijastuma parisuhteen kulloisestakin tilasta. Seksuaaliviestintää tarkastelemalla voidaankin ymmärtää paljon parisuhteiden toimivuudesta ja mahdollisista ongelmakohdista.

Aiemman tutkimuksen mukaan seksuaaliviestinnällä nähdään olevan selvä yhteys yleiseen suhdetyytyväisyyteen (esim. Byers & Demmons 2010). Seksistä puhuminen ja seksuaalisten mieltymysten jakaminen voi lisätä läheisyyttä ja sitä kautta parantaa myös seksuaalista hyvinvointia parisuhteessa (Dewitte 2014). Seksiä pidetään kuitenkin puheenaiheena epämurkavana ja monesti jopa tabuna ihmissuhteissa (Lucchetti 1999). Tutkimusta onkin tehty vain vähän siitä, miten ”kielletyistä” aiheista puhutaan seksuaalisissa suhteissa (Miller-Ott & Linder 2013, 69).

Seksuaaliviestintä voidaan ajatella näkökulmana, jonka kautta on mahdollista tarkastella parisuhteiden dynamiikkaa ja toimivuutta. Viestintä kokonaisuudessaan voi joko lisätä tai vähentää läheisyyttä parisuhteissa (Yoo ym. 2013). Seksuaaliviestinnän merkitys on kuitenkin korostuneempi suhteessa muuhun viestintään, sillä se vaatii enemmän avoimuutta, läheisyyttä ja interpersonaalista riskinottoa (Faubert, Gordon, Heimberg & Montesi 2010, 593). Seksistä puhumiseen liittyykin paljon epävarmuutta, jota pyritään vähentämään esimerkiksi puheenaiheiden välttelyllä (Mishel 1990). Ristiriita läheisyyden lisäämisen ja tiedon välttelyn välillä luo kiinnostavan tutkimusaukon, johon aiempi tutkimus ei ole kyennyt vastaamaan.

Eniten parisuhteiden seksuaaliviestintää on tutkittu pitkissä suhteissa tai avioliitossa. Alkuvaiheessa on kuitenkin enemmän epävarmuutta ja vähemmän emotionaalista läheisyyttä (Berger & Bradag 1982), mikä tekee avoimuutta vaativan seksuaaliviestinnän tarkastelusta kiintoisaa. Alun seksuaaliviestintä vaikuttaa myös suhteen kehittymiseen ja ne viestinnälliset mallit, jotka otetaan käyttöön, säilyvät ja juurtuvat usein parisuhteen syventyessä. Tämän tutkimuksen tarkoituksena on selvittää, *millaista seksuaaliviestintää on parisuhteiden alkuvaiheessa*. Aiempaa tutkimusta aiheesta on tehty vähänlaisesti.

Teoriaosuudessa tarkastellaan niitä tekijöitä, jotka vaikuttavat seksuaaliviestinnän laatuun parisuhteessa. Ilmiöön tartutaan sekä parisuhteen että yksilön näkökulmasta, jotta voidaan laajalaisesti selvittää, miten seksuaaliviestinnän valinnat parisuhteessa määrittyvät. Keskeisimpiä käsitteitä ovat *seksuaaliset mallit*, *epävarmuuden vähentäminen*, *seksuaalinen itsestäkertominen*, *läheisyys* sekä *seksuaalinen itsetunto*. Tutkimus ponnistaa fenomenologis-hermeneuttisista tieteen lähtökohdista ja se toteutetaan laadullisena käyttäen teemahaastattelumenetelmää. Tutkimuksen avulla voidaan lisätä tietoisuutta seksuaalisuudesta ja siitä viestimisen tärkeydestä parisuhteissa. Seksuaaliviestintä parisuhteissa ei rajoitu pelkästään seksielämän laatuun, vaan yleiseen avoimuuteen ja luottamukseen kumppanien välillä. Seksuaaliviestinnän tila heijastuu yksilön lisäksi minäkäsitykseen.

2 PARISUHDE JA VIESTINTÄ

2.1 Parisuhde

Parisuhteita on monenlaisia ja siten myös määritelmät vaihtelevat. Tuhkasaaren (2013, 34) mukaan ”parisuhde on puolisoitten välinen, tietoinen ja tiedostamaton, emotionaalisen ja seksuaalisen vuorovaikutuksen molemminpuolinen, systeemin prosessi”. Tutkija näkee parisuhteen olemisen ja kokemisen tilana, josta muodostuu osa kahden erillisen ihmisen omaa ja yhteistä elämäntilaa. Määritelmässä on viestinnän kannalta tärkeintä vuorovaikutuksen molemminpuolisuus. Parisuhteelle ei esiinny suomen kielessä juurikaan synonyymeja, mutta englanninkielisessä tutkimuksessa käytetään rinnakkaisnimityksiä ”intimate relationship” (esim. Byers & MacNeil 2005) ja ”romantic relationship” (esim. Ma ym. 2015).

Parisuhteen muodostumisprosessilla ei ole nykyään nähtävissä selkeästi määriteltyjä vaiheita. Tämän vuoksi myös suhteen alkamisajankohta on toisinaan vaikea nimetä. Sen sijaan että pyydetäisiin romanttisen mielenkiinnon kohde perinteisille treffeille, saattaa 2000-luvulla olla tavallisempaa ehdottaa yhdessä ”hengailua”. (Banker ym. 2010.) Lisäksi yhdessäololla on nykyään useita eri muotoja, sillä eksklusiivisen seurustelun (*exclusive dating*) lisäksi kyse voi olla myös satunnaisesta tapailusta (*casual dating*) tai esimerkiksi ystävien välisestä (*friends with benefits, FWB*) seksisuhteesta (Birnie-Porter & Hunt 2015). Tässä tutkimuksessa parisuhteella tarkoitetaan vakituista heteroseksuaalista seurustelusuhdetta, jonka osapuolet ovat sitoutuneet yksinomaan toisiinsa ja kokevat emotionaalista läheisyyttä toisiinsa seksuaalisen kanssakäymisen ohella. Parisuhteen alkamisajankohtana nähdään se tila, jossa seurustelusta on keskinäisesti sovittu tai molemmilla osapuolilla on muuten selkeä käsitys asiasta.

2.1.1 Parisuhteen tutkimus ja kulttuuri

Valtaosa seksuaaliviestinnän tutkimuksesta on peräisin Yhdysvalloista, mikä on luonnollista ottaen huomioon, että koko puheviestinnän tieteenalan voidaan katsoa syntyneen siellä. Aiempaa kirjallisuutta tarkasteltaessa on pyrittävä kriittisyyteen, sillä kulttuuri vaikuttaa yleisen viestintäkäyttäytymisen normiston kautta myös huomattavasti seksuaaliviestintään. Tämä tutkimus toteutetaan Suomessa ja haastattelujen vastaajat ovat kaikki suomalaisia. Täten on syytä lyhyesti tarkastella niitä erityispiirteitä, joita suomalaiseen viestintäkulttuuriin on liitettävissä.

Yleisten stereotyyppien perusteella suomalaisia luonnehditaan tynniksi, aroiksi, vähäpuheisiksi ja introverteiksi. Tutkimusten mukaan suomalaiset arvostavat ja sietävät hyvin hiljaisuutta. (Sallinen-Kuparinen 1986.) Tarve asioiden jakamiselle parisuhteessa voidaan olettaa täten vähäisemmäksi kuin esimerkiksi yhdysvaltalaisessa kulttuurissa, jossa viestintähalukkuus on tutkimuksen mukaan korkeampaa (Sallinen-Kuparinen 1986). Suomalaisen viestintätyyliä kuvaillaan asiallisena ja ”tyhjän puhumista” ei perinteisesti arvosteta (Wilkins 2005). Viestintään liittyvät arvot muokkaavatkin olennaisella tavalla myös parisuhdekäyttäytymistä. Tämän pohjalta on pidettävä mahdollisena, että tietyistä aiheista (kuten seksistä) saatetaan vaieta, koska niitä ei pidetä olennaisina tai toisaalta kulttuurin kannalta sopivina. Lisäksi on aiheellista pohtia, vaikuttaako suomalainen asiallisuus enemmän parisuhteen alkuvaiheessa, jolloin läheisyys on vielä vähäisempää vai näyttäytykö se teemana läpi koko parisuhteen keston.

Kulttuurierojen perusteella ei tule kuitenkaan tehdä liian yleistettyjä johtopäätöksiä, sillä globalisoituneen maailmankuvan johdosta myös kulttuurierojen voidaan nähdä tasoittuneen. Matkustelun ja päivittäisen median käytön kautta altistumme tiedostamattakin toisista kulttuureista kumpuaville toimintamalleille. Täten ei ole aina tarkoituksenmukaista pyrkiä erittelemään, mikä on kulttuurin ja mikä toisaalta persoonallisuuspiirteiden aikaansaamaa tai muokkaamaa viestintäkäyttäytymistä. Liiallisella kulttuurierojen painottamisella saatetaan myös sortua yleistysten tekemiseen ja heikentää näin yksilöllisten tai suhteeseen liitettävien tekijöiden painoarvoa. Tässä tutkimuksessa keskitytäänkin interpersonaalisiin tekijöihin sekä yksilön prosesseihin, jotka yhdessä vaikuttavat siihen, miten tuoreet pariskunnat puhuvat seksistä toisilleen.

2.1.2 Suhde- ja seksuaalinen tyytyväisyys

Suhdetyytyväisyys (*relationship satisfaction*) voi tarkoittaa eri asioita eri ihmisille niin arjen kuin tieteen tasolla. Seksuaaliviestinnän tutkimuksessa suhdetyytyväisyyden käsitettä käytetään paljon, mutta sitä ei olla aina erikseen määritelty. Tällöin termin käsittäminen jää lukijan vastuulle, mutta suhdetyytyväisyydellä voidaan nähdä tarkoitettavan karkeasti sitä tyytyväisyyden tasoa, jota kumppanit kokevat keskinäisessä parisuhteessaan. Koska kyseessä on arvosidonnainen käsite, voi olla myös hyödyllistä, ettei sille anneta turhan tarkkoja raameja. Jotta suhdetyytyväisyyttä voidaan tutkia parisuhteen ominaisuutena, on kuitenkin merkityksellistä ymmärtää, mistä osa-alueista se koostuu tai mitä tekijöitä siihen on kirjallisuudessa yleisesti ottaen liitetty.

Fryen ja Trinitapolin (2015, 498) mukaan positiivisiin parisuhteisiin yhdistetään ominaisuuksia kuten läheisyys, sosiaalinen arvo ja taloudellinen pysyvyys. Negatiivisina parisuhteen ominaisuuksina nähdään seksitaudit, ei-toivotut raskaudet ja emotionaalinen ahdistus. Erityisesti edellä mainituista negatiivisista maininnoista voi huomata, että tutkijoiden kohderyhmänä olivat nuoret ja heidän suhdekäsityksensä. Vanhempien ikäryhmien edustajien vastauksissa tuskin esimerkiksi seksitaudit tai ei-toivotut raskaudet olisivat päällimmäisiä huolenaiheita. Renaudin, Byersin ja Panin (1997) mukaan suhdetyytyväisyys on yksinkertaisesti suhde, josta puuttuu tyytymättömyys. Tämä määritelmä jättääkin tilaa yksilön kokemukselle siitä, mitä tyytyväisyys tai tyytymättömyys ovat ja mistä osatekijöistä ne parisuhteen kontekstissa koostuvat.

Seksuaalista tyytyväisyyttä (*sexual satisfaction*) on määritelty monin eri tavoin aiemmassa kirjallisuudessa. Myös sen asettumista suhdetyytyväisyyteen nähden on pohdittu laajasti. Esimerkiksi Byersin (2001) mukaan voidaan pitää mahdollisena, että seksuaalinen tyytyväisyys on osatekijä suhdetyytyväisyydessä, mutta silti useimmat tutkijat määrittelevät seksuaalisen tyytyväisyyden itsenäisenä konstruktionaan, joka vaikuttaa merkittävästi suhdetyytyväisyyteen. Toisin sanoen seksuaalinen tyytyväisyys ei ole automaattisesti yksi suhdetyytyväisyyttä rakentavista tekijöistä, mutta sillä on usein suuri vaikutus siihen, kuinka tyytyväisenä parisuhde koetaan. Markin, Herbenickin, Fortenberryn, Sandersin ja Reecen (2014) mukaan yleinen seksuaalinen tyytyväisyys on positiivisen tunnereaktion kokemus, täyttymys ja mielihyvä. Parisuhteen seksuaaliseen tyytyväisyyteen sen sijaan liitetään orgasmien toistuvuus tai voimakkuus sekä seksuaalisen aktiivisuuden toistuvuus (Hurlbert, Apt & Rabehl 1993). Seksuaalisella tyytyväisyydellä voidaan tarkoittaa myös affektiivista vastetta, joka kumpuaa yksilön

subjektiivisesta positiivisten ja negatiivisten osa-alueiden arvioinnista, jotka liittyvät hänen seksuaaliseen suhteeseensa (Lawrence & Byers 1995, 268). Suhdeaspektia korostavat muutkin määritelmät. Esimerkiksi Joannidesin (2006) mukaan seksuaalinen tyytyväisyys on tyytyväisyyden tunnetta omasta seksuaalisesta vuorovaikutuksesta tai parisuhteen seksuaalisista aspekteista. Seksuaalinen tyytyväisyys voi olla myös voimakkaiden nautinnon tunteiden kokemista seksin aikana tai yleisesti hyvän seksin kokemista. Määritelmää sovellettaessa on toki huomioitava, että se millaisena hyvä seksi nähdään, on subjektiivinen kokemus.

Vaikka seksuaalinen halukkuus saattaa vaikuttaa eniten romanttisen suhteen alkuvaiheissa, seksuaalinen koneisto jatkaa tärkeässä roolissa suhteiden lujittamisessa ja ylläpidossa (Sprecher & Regan, 1998). Tutkimuksen mukaan tyydyttävä seksuaalinen vuorovaikutus vaalii positiivisia tunteita, jotka edistävät suhdetyytyväisyyttä (Dewitte 2014, 211). Seksuaaliviestintä lujittaa osaltaan seksuaalista koneistoa.

Tässä tutkimuksessa keskitytään enemmän siihen, miten seksistä puhutaan kuin siihen millaista hyvä seksi on. Erityisesti Suomessa, mutta myös muissa kulttuureissa seksielämä on vielä näin 2000- luvullakin hyvin pitkälle tabumainen ilmiö, jonka suhteen tulisi lisätä avoimuutta. Seksuaalisuus on luonnollinen osa ihmisen biologiaa, minkä takia aiheesta tulisi pystyä viestimään kuten mistä tahansa terveyden osa-alueesta. Erilaiset normit ja kulttuurin aikaansaamat häpeän tunteen saattavat aiheuttaa ristiriitaisuutta ja luoda alitajunnan tasolla vaikuttavia estoja, jotka mutkistavat vapautunutta seksikäyttäytymistä ja seksinautintoa. Nämä psykologiset taustavaikuttajat voivat luoda negatiivisen syy-seuraussuhteen, joka näyttäytyy suhdetyytyväisyyden heikentymisenä.

2.2 Parisuhdeviestintä

Tutkimuksessa parisuhdeviestintää (*couple communication*) määritellään eri näkökulmista. Määttä ja Uusiautti (2013) käyttävät termiä parisuhdevuorovaikutus (*couple interaction*) tarkoittaen sillä ”vuorovaikutusta, jossa sekä itseään ilmaiseva että viestiä vastaanottava ja tulkitseva osapuoli vaikuttavat toinen toisiinsa”. Heidän mukaansa kyse on prosessista, jossa väärinymmärrykset syntyvät sekä ilmaisusta että tulkinnasta. Nonverbaalisen viestinnän lisäksi myös verbaalisella viestinnällä nähdään merkittävä rooli. Myös Stanleyn, Bradburyn ja Markmanin (2000) mukaan parisuhdeviestinnässä on olennaisinta viestinnällisten ongelmien tunnistaminen ja sen

varmistaminen, että viesti tulee oikein ymmärretyksi. Toisen osapuolen sanoman objektiivinen tulkinta saattaa olla vaikeaa silloinkin, kun yhdessäoloa on jo vuosia takana. Erityisesti konfliktitilanteissa on otettava huomioon, että kyse voi olla enemmänkin motivaation kuin kyvyn puutteesta, mikäli toista ei ymmärretä oikein. Tarkoituksenmukainen väärinymmärtäminen tai täyskieltäytyminen viestinnästä ovat riitatilanteen viestintästrategioita, jotka toistuessaan voivat heikentää parisuhdeviestintää suuressa mittakaavassa.

Honeycuttin ja Wiemannin (1999, 401) mukaan keskustelulla on arjessa useita strategisia tehtäviä, kuten informaation välittäminen, jo omaksutun tiedon kertaaminen ja vahvistaminen, viihdyttäminen, kumppanin huomioiminen, suostuttelu, läheisyyden ilmaiseminen sekä tiedon salaaminen. Näkökulma painottaa keskustelun funktionaalista roolia ja tuo sen siten hyvinkin konkreettiseen muotoon. Onnellinen parisuhde voidaan nähdä tietynlaisena ylikansallisenä tavoitetilana ja se on kiinnostanut paljon myös viestinnän tutkijoita. Päivittäisen keskustelun nähdään olevan elintärkeää suhteen jatkuvuudelle (Ramirez & Broneck 2009) ja se voi tutkimuksen mukaan lisätä myös tyytyväisyyden astetta (Byers & Demmons 2010). Onnellisen parisuhteen viestinnässä tyypillisenä nähdään se, että osapuolet kokevat tulevansa ymmärretyksi parisuhteessa. Tähän vaaditaan avointa ajatustenvaihtoa sekä keskustelua tunteiden merkityksestä. (Kinnunen ym. 1975, 35.)

Useimmat parisuhdeviestinnän tutkimukset perustuvat laboratoriopohjaiseen käytöksen ja verbaalisen vuorovaikutuksen tarkkailuun, jota tapahtuu konfliktin aikana. Näiden vuorovaikutustilanteiden koodaaminen on tuottanut oivalluksia siitä, miten pariskunnat keskustelevat erimielisyyksistään. (Kuster ym. 2015.) Lisäksi kvantitatiiviset kyselytutkimukset ovat erittäin yleisiä aiemman tutkimuksen piirissä. Yhtenä suosituimmista tutkimusaiheista näyttäytyvät sukupuolten väliset viestintäerot, joille pyritään löytämään tieteellisiä perusteluja. Myös viestintä avioliitossa, suhdetyytyväisyys, läheisyys ja itsestäkertominen ovat paljon tutkittuja teemoja, joista kolmea viimeisintä käsitellään tässäkin tutkimuksessa. Valtaosa aiemmasta kirjallisuudesta keskittyy heteroseksuaaliseen parisuhdeviestintään (esim. Birnie-Porter, C. & Hunt M. 2015; Cupach & Metts 1989), mutta myös homoseksuaalisten suhteiden tarkastelu lisääntyy kaiken aikaa (esim. Holmberg, D., & Blair, K. L. 2009).

Seksuaaliseen viestintään lukeutuu sekä nonverbaalinen että verbaalinen viestintä. Byersin ja Demmonsin (2010) mukaan nonverbaalinen viestintä on erityisesti yleistä seksuaalisten mieltymysten ilmaisemisessa. Tässä tutkimuksessa keskitytään verbaaliseen seksuaaliviestintään.

2.3 Seksuaaliviestintä parisuhteessa

Seksuaaliviestinnän (*sexual communication*) moniulotteiseen tutkimuskenttään kuuluvat muun muassa turvaseksi (*safe sex*), seksuaaliset mallit (*sexual scripts*), seksuaalinen myöntyminen (*sexual consent*), seksuaalinen itsestäkertominen (*sexual self-disclosure*) ja seksuaalisen viestinnän avoimuus (Babin 2012, 271). Seksuaaliviestintää voi esiintyä siten esimerkiksi valistuskontekstissa, perheviestinnässä, ystävien välisessä viestinnässä ja parisuhdeviestinnässä. Jälkimmäisessä kontekstissa seksuaaliviestintä määritellään usein prosessina, jossa puhutaan kumppanin kanssa omaan seksielämään liittyvistä aiheista kuten turvaseksikäytännöistä, seksuaalisesta mielihyvästä ja seksiin johtavista aloitteista (Holmberg & Blair 2009, 59).

Tässä tutkimuksessa seksuaaliviestinnällä tarkoitetaan nimenomaan parisuhteessa osapuolten välillä tapahtuvaa keskustelua seksistä ja seksuaalisuudesta. Seksuaaliviestinnän synonyymina käytetään käsitettä seksipuhe tai seksistä puhuminen (*sex talk*), joita molempia esiintyy laajasti aiemmassa tutkimuksessa (esim. Miller-Ott & Linder 2013). Seksuaaliviestintä nähdään tutkimuksessa tärkeänä, sillä sen kautta on mahdollista kertoa kumppanilleen omista mieltymyksistään. Cupachin ja Mettsin (1989) mukaan seksuaaliviestinnän pohjalle muodostuvat parisuhteen seksuaaliset mallit (*sexual scripts*). Malleja seuraamalla parisuhteen osapuolet pystyvät päättämään, mikä on hyväksyttävää tai ei-hyväksyttävää käytöstä. Parisuhteen seksuaalisista malleista voidaan käyttää nimeä interpersonaaliset mallit.

Seksuaalisuuden herkän ja yksityisen luonteen (esim. mieltymykset, fantasiat) vuoksi seksuaaliviestintä poikkeaa laadullisesti muusta viestinnästä, joka ei välttämättä vaadi samantasoista läheisyyttä, läpinäkyvyyttä ja interpersonaalista riskiä (Fauber ym. 2010, 593). Läpinäkyvyys voidaan nähdä tietynlaisena haavoittuvaisuutena, sillä seksuaaliviestinnän tiedonvaihto on henkilökohtaisempaa kuin muu interpersonaalinen viestintä. Viestintätilanteessa ollaan kuvaannollisesti *alasti*, sillä paljastukset saattavat riisua ihmisen sosiaalisesti paljaaksi. Koska läpinäkyvyys seksuaalisella kentällä vaatii huomattavaa läheisyyttä ja interpersonaalista riskinottoa, avoimuus tällä alueella voi olla tehokas keino koko suhteen parantamista ajatellen. Yleisen parisuhdeviestinnän merkitys ei ole verrattain suuri. (Schnarch 1997.) Tämän takia onkin tärkeää huomioida seksuaaliviestinnän laatu jo parisuhteen alusta asti.

Parisuhteen kesto seksuaaliviestinnän tutkimuksessa

Tutkimuksissa on jo pitkään todettu (esim. Wheelless ym. 1984), että läheisyys kumppanien välillä ja tyytyväisyys yleiseen sekä seksuaaliviestintään vaihtelee merkittävästi suhteiden eri kehitysvaiheissa. Yleisenä nähdään lineaarinen nousu läheisyydessä suhteen edetessä (Knobloch 2007). Parisuhteen kesto voidaankin pitää yhtenä muuttujana, kun tutkitaan avoimen seksuaaliviestinnän ja pariskuntien tyytyväisyyden suhdetta (Fauber ym. 2010, 594). On oltava kuitenkin kriittisiä sen suhteen, missä määrin parisuhteen keston suhteen voidaan tehdä yleistyksiä, sillä osa suhteista saattaa alkaa hyvin nopeasti vakavana ja sitoutuneella pohjalla, kun taas osassa suhteista vaaditaan vuosia sitoutumiseen (Reese-Weber 2015, 205).

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on selvittää, millaista seksuaaliviestintä on alkuvaiheen parisuhteissa. Aiemman tutkimuksen perusteella voidaan olettaa, että suhteen alkuvaiheessa epävarmuutta on eniten (Knobloch 2008), mikä tekee myös seksuaaliviestinnän tarkastelusta kiintoisaa. Taustaoletuksena on, että seksuaaliviestinnän erityispiirteet voivat olla korostuneempia suhteessa muuhun parisuhdeviestintään, sillä toista osapuolta ei tunneta välttämättä yhtä hyvin kuin esimerkiksi pitkässä avioliitossa. Henkilökohtaisia ja mahdollisesti ristiriitaisiakin asioita on todennäköisesti alussa vaikea jakaa, koska ne vaikuttavat niin voimakkaasti siihen, millaiseksi toinen osapuoli kumppaninsa persoonan arvioi.

Reese-Weber ja Johnson (2012) kehittivät kolmivaiheisen jaottelun, jonka avulla on mahdollista tarkastella parisuhteiden kehittymistä. Mallin mukaan (1) kuherruskuukaudelle (*the honeymoon phase*) ominaista on korkea kiihottumisen ja innostumisen aste, kun osapuolet pääsevät tutustumaan toisiinsa. Suhde saattaa olla tässä vaiheessa vielä epävirallinen ja vuorovaikutus näyttäytyy enimmäkseen positiivisena, sillä osapuolet esittävät itsensä miellyttävässä valossa.

(2) Määrittelyvaiheessa (*the defining phase*) parisuhteelle luodaan raamit, jolloin vakavuus ja suhteen kesto määrittyvät. Keskustelu parisuhteen odotuksista nähdään läheisyyttä lisäävänä, mutta samalla myös aggression määrä kasvaa konfliktien kautta. Viimeisenä seuraa (3) vakiintunut vaihe (*the established phase*), jossa esiintyy sitoutunut ja yhteiseen tulevaisuuteen tähtäävä parisuhde. Vaikka läheisyys saattaa edelleen lisääntyä, on ennustettua, että konfliktien ja aggression määrä vähenee, kun yhteiset odotukset suhteelle on asetettu.

Koska määrittelyvaiheessa konfliktien määrä on oletetusti korkein, voidaan sitä pitää myös kriittisimpänä suhteen kehitysvaiheena (Reese-Weber 2015, 206–207). Täten tässä tutkimuksessa

halutaankin selvittää, millaista seksuaaliviestintä on alle puolen vuoden mittaisissa parisuhteissa. Suhteen alkamisajankohtana nähdään ensimmäisen kohtaamisen sijaan seurustelun alkaminen, joka voidaan nähdä joko yhteisenä sopimuksena tai toiseen sitoutumisena käytännön tasolla. Toisin sanoen parisuhteen osapuolet eivät enää tapaille muita ja ovat päättäneet alkaa seurustelusuhteeseen. Alle puolen vuoden mittaisissa suhteissa voidaan olettaa, että suhde on käynyt jo läpi kuherruskuukausimaisen alkuhuuman ja suhteen yhteisiä pelisääntöjä laaditaan. Viestintä ei kuitenkaan todennäköisesti ole vielä päässyt tasaisempaan vakiintuneeseen vaiheeseen, mikä tekee myös seksuaaliviestintään liittyvästä avoimuudesta haastavaa. Tässä suhteen vaiheessa ne tavat, joilla seksistä puhutaan, määrittävät ja vaikuttavat myös muun viestinnän laatuun. Esimerkiksi tietty paljastamisen aste, se millä avoimuudella toinen osapuoli kohdataan vuorovaikutuskumppanina parisuhteessa, esiintyy kriittisenä, sillä nämä käytetyt mallit usein myös jäävät parisuhteeseen. Tämän takia alkuvaiheen parisuhteen seksuaaliviestinnän tarkastelu onkin erityisen tärkeää.

3 LÄHEISYYS JA EPÄVARMUUS PARISUHTEESSA

Tässä luvussa tarkastellaan niitä erityispiirteitä, joita parisuhteen seksuaaliviestinnässä voidaan havaita. Aluksi määritellään läheisyyttä tieteellisenä käsitteenä ja pohditaan, miten se kytkeytyy seksistä puhumiseen. Sen jälkeen selvitetään, miten epävarmuus suhdeilmiönä voi vaikuttaa seksistä puhumiseen ja miten sitä pyritään mahdollisesti hallitsemaan osapuolten välillä.

3.1 Läheisyys

Aiemman seksuaaliviestinnän tutkimuksen mukaan läheisyys (*intimacy*), viestintä ja aggressio ovat romanttisen vuorovaikutuksen pääelementit (Laurenceau, Troy & Carver 2005). Läheisyyden määrittely ei kuitenkaan ole yksiselitteistä ja siihen voikin sisältyä monia eri näkökulmia. Usein läheisyys nähdään suhteen osapuolten yleisenä käsityksenä läheisyydestä toistensa kanssa (Yoo ym. 2013, 275). Laajempi määritelmä läheisyydestä on ”puhujan kokemus itsestäkertomisesta henkilökohtaisten tunteiden tai informaation suhteen, joka kohtaa kuulijan responsiivisuuden, joka taas lopulta johtaa puhujan ymmärretyksi ja hyväksytyksi tulemisen tunteeseen” (Reis & Patrick 1996). Läheisyys voidaan jakaa myös mitattaviin osa-alueisiin, joita ovat älylliset, interpersonaaliset, affektiiviset ja fyysiset aspektit parisuhteessa (esim. Schaefer & Olson 1981). *Fyysisestä läheisyydestä* käytetään myös synonyymia *seksuaalinen läheisyys* (esim. Yoo ym. 2013). Onkin olennaista huomata, että vaikka läheisyyteen saatetaan etenkin puhekielessä ensimmäisenä liittää fyysisyys, on myös sen henkinen ulottuvuus yhtä lailla merkityksellinen. Tässä tutkimuksessa läheisyydellä tarkoitetaan ilman erillistä tarkennusta sen emotionaalista aspektia – osapuolten kokemaa yhteyden tunnetta parisuhteessa. Fyysinen läheisyys on yhtä lailla merkittävää, mutta voidaan olettaa että emotionaalisen läheisyys on parisuhteessa sen pohjalla. Yhden illan jutuissa tai satunnaisessa tapailussa on todennäköistä, että emotionaalista läheisyyttä ei juurikaan esiinny tai se voidaan ainakin käsittää irrallisena tunteena suhteessa fyysiseen läheisyyteen.

Pariskuntien läheisyyden ja yleisen suhdetyytyväisyyden yhteyttä on tutkittu paljon: pariskunnat arvioivat suhdetyytyväisyyden tasonsa korkeaksi, kun he kokevat läheisyyden tunteita (esim. Greeff & Malherbe 2001). Tässä tulisi kuitenkin ottaa huomioon, että emotionaaliset ja seksuaaliset läheisyyden aspektit saattavat myös ilmetä parisuhteissa erilaisin tavoin. Tutkimusolosuhteissa on havaittu, että seksuaalisesti tyytyväiset kumppanit eivät välttämättä koe emotionaalista läheisyyttä.

Yhtä lailla osapuolten emotionaalinen läheisyys ja yhteyden tunne eivät ole tae seksuaalisesta tyytyväisyydestä. (Yoo ym. 2013, 276.)

Läheisyys kumppanien välillä vaihtelee myös merkittävästi suhteiden eri kehitysvaiheissa (Wheless ym. 1984). Läheisyyttä voidaankin tarkastella suhdeprosesseina osapuolten välillä. Erityisesti viestintää pidetään tutkimuksen valossa tärkeänä tekijänä: se voi joko lisätä tai vähentää läheisyyttä romanttisissa suhteissa. (Yoo ym. 2013, 276.) Tässä tutkimuksessa onkin olennaista selvittää, mikä on viestinnän suhde koettuun läheisyyteen ja millainen viestintä mahdollisesti lisää läheisyyttä.

3.2 Epävarmuuden vähentäminen

Epävarmuuden vähentämisen teorian (*Uncertainty Reduction Theory, URT*) kautta voidaan tarkastella sitä, miten viestimme, kun olemme epävarmoja ympäristöstämme (Berger & Bradac 1982). Tiedolla ja epävarmuudella nähdään olevan suora yhteys ja epävarmuus määritellään ”kykynä ennustaa ja selittää toisten ja itsensä toimintaa”. Bergerin ja kumppaneiden kehittämä teoria kumpuaa siitä oletuksesta, että ihmiset ovat motivoituneita vähentämään epävarmuutta sosiaalisessa ympäristössään. Yksilöillä nähdään olevan luontainen tarve ennustaa ja selittää ympäristöään. Epävarmuutta on paljon silloin, kun useat lopputulemat ovat yhtäläisesti mahdollisia ja puolestaan vähän silloin, kun vain yksi lopputulos on oletettu. Teoriassa epävarmuus jataan kahteen eri tyyppiin: *kognitiivinen epävarmuus* liittyy niihin epäilyksiin, joita yksilö kokee omista ja toisten uskomuksista, kun taas *behavioralistisella epävarmuudella* viitataan niihin kysymyksiin, joita yksilöllä on omasta ja toisten toiminnasta. (Knobloch 2008, 134.) Epävarmuus ja ennustettavuus siis asetetaan vastapareiksi. Teoria soveltuu hyvin erityisesti alkuvaiheen parisuhteiden tarkasteluun, sillä niissä voidaan nähdä ennustettavuus matalana ja siten epävarmuus korkeana. Mitä pidemmälle suhde ehtii kehittyä ja toisen luonteenpiirteet sekä toimintamallit tulevat tutuiksi, kyetään yhteiseloja ja toisen osapuolen käyttäytymistä osin ennustamaan, jolloin epävarmuuden tunne vähenee. On kuitenkin huomioitava, että epävarmuutta nähdään esiintyvän kaikissa suhteissa: myös niissä, joiden osapuolet arvioivat olevansa tyytyväisiä parisuhteeseensa. Epävarmuutta ei tulisi ensisijaisesti leimata negatiiviseksi suhteen laatua heikentäväksi ilmiöksi – on enemmänkin kyse ominaisuudesta ja ratkaiseviksi nousevat ne tavat, joilla epävarmuutta onnistutaan tai ei onnistuta hallitsemaan.

Epävarmuuden vähentämistä suhteen kehityksessä voidaan tarkastella kahdeksan muuttujan kautta: *verbaalinen viestintä, nonverbaalinen lämpö, tiedon etsiminen, itsestäkertominen, vastaanottavaisuus, samankaltaisuus, pitäminen ja jaetut verkostot*. Tiedon etsimiseen käytetään erilaisia strategioita, jotka voidaan jakaa karkeasti kolmeen. (1) Passiivisessa strategiassa tarkkailemme toisia etäisyydeltä, kun taas (2) aktiivisessa strategiassa pyydämme kolmannelta osapuolelta tietoa. (3) Interaktiivinen strategia puolestaan vähentää epävarmuutta kaikista tehokkaimmin, sillä siinä keskustelemme kasvotusten toisen osapuolen kanssa esittäen tarkkoja kysymyksiä. (Knobloch 2008, 135–136.) Seksuaaliviestinnän suhteen interaktiivinen strategia on käytännössä ainoa, jolla saadaan todellista tietoa. Kuitenkin sitä saatetaan välttää sillä, vaikka haluamme saada tietoa toisesta, saatamme pelätä, että esittämällä intiimejä kysymyksiä, joudumme myös itse vastaamaan niihin.

3.3 Suhteen turbulenssimalli

Vaikka useimmissa tutkimuksissa nähdäänkin läheisyyden lisääntyvän suhteen edetessä (Knobloch 2008), voidaan ilmiötä tarkastella myös kriittisemmin. Suhteen turbulenssimalli (*the relational turbulence model*) ottaa huomioon läheisyyden ja konfliktien vaihtelevat asteet. Kun romanttinen suhde alkaa, painopiste on toiseen tutustumisessa, mutta läheisyyden lisääntyessä osapuolten on kyettävä ennustamaan suhteen tulevaisuutta. Suhteeseen liittyvä epävarmuus (*relational uncertainty*) liitetään perinteisesti negatiivisiin arvioihin toisesta, mustasukkaisuuden tunteisiin ja vaikeuksiin keskustella toisen kanssa. Ne parit, jotka eivät kykene pääsemään yli epävarmuudesta ja suunnittelemaan yhteistä tulevaisuutta, ajautuvat todennäköisesti erilleen. Ne parit, jotka sen sijaan kykenevät keskustelemalla ratkomaan epävarmuuden tunteensa, nauttivat mitä luultavimmin korkeammista läheisyyden tasoista ja vahvemmista siteistä. (Reese-Weber 2015, 206.)

Myös parisuhteiden seksuaaliviestintää voidaan tarkastella suhteeseen liittyvänä epävarmuutena. Puhuminen omista mieltymyksistä viittaa väkisinkin aiempiin suhteisiin, mikä saattaa synnyttää toisessa osapuolella mustasukkaisuuden tunteita. Tämän takia voi tuntua helpommalta ratkaisulta vaieta kokonaan aiheesta. Kuitenkin voidaan ajatella, että pääsemällä yli seksuaaliviestinnän pelosta, voidaan parisuhdetta vahvistaa entisestään. Seksuaaliviestinnän merkitys ei ole siis pelkästään liitettävissä seksuaalisuuteen, vaan myös yleiseen luottamukseen, viestintätaitoihin ja sitoutumiseen parisuhteessa. Tutkimuksen mukaan (Dainton & Aylor 2001) epävarmuus parisuhteen vakaudesta ja tulevaisuudesta vaikuttaakin avoimuuteen. Tämän pohjalta voidaan

olettaa, että suhteen epävarmuus vähenee, kun mustasukkaisuutta synnyttävistä asioista keskustellaan avoimesti.

Siinä missä epävarmuuden vähentämisen teoria soveltuu ihanteellisesti suhteen alun tarkasteluun, voidaan suhteen turbulenssimallia soveltaa senkin jälkeen, kun alkuvaiheen korkeimmasta epävarmuuden tasosta on päästy eteenpäin. Suhteet eivät kehity läheisyyden suhteen aina nousujohteisesti, vaan konfliktit tuovat väistämättä erilaisia vaiheita kumppanien välille. Mitä intensiivisemmin suhde syvenee, sitä nopeammin myös erilaiset läheisyyden ja konfliktin vaiheet alkavat vuorotella. Suhteen turbulenssiteorian hyöty on siinä, että se tiedostaa suhteeseen liittyvän epävarmuuden pysyvänä ominaisuutena ja tarjoaa viestinnällistä apua sen hallintaan. Teoria on siis luonteeltaan hyvin realistinen ja käyttökelpoinen.

3.4 Puheenaiheiden välttely

Aiemman tutkimuksen perusteella voidaan olettaa, että läheisyys ja avoin seksuaaliviestintä parisuhteissa kulkevat käsi kädessä. Seuraavaksi pohditaan, miksi henkilökohtaista tietoa ei aina kuitenkaan haluta jakaa sekä sitä, miksi avoimuuden hyöty parisuhteessa voidaan nähdä ristiriitaisena ilmiönä.

Derlegan, Winsteadin, Mathewsin ja Braitmanin (2008, 115–130) mukaan seksistä puhuminen voi aiheuttaa häpeän tunnetta. Syynä voi olla myös pelko siitä, että kumppani reagoi vähemmän miellyttävällä tavalla, puheenaihe pilaa tunnelman tai vähentää spontaanisuutta (Cline, Johnson & Freeman 1992). Tutkimuksen mukaan yksilöt käsittelevät korkeaa epävarmuutta usein välttelemällä, eivät etsimällä tietoa (Mishel (1990). Ensisijaiset syyt tämänkaltaiselle puheenaiheiden välttelylle (*topic avoidance*) ovat itsesuojelu (tuomitsemisen, kritiikin, häpeän ja haavoittuneisuuden välttely) sekä parisuhteen suojelu (halu vältellä konfliktia, vihan tunnetta toisessa ja parisuhteen tuhoutumista). Yksilöt kokevat korkean riskin tietyn informaation esiin tuomisessa. (Afifi & Guerrero 1995.) Ristiriita tiedon jakamisen ja välttelyn välillä näyttäytyy erilaisina käyttäytymismalleina ja etenkin suhteen alkuvaiheessa epävarmuus voi olla runsasta, sillä toisen osapuolen viestinnällisiä strategioita on vaikea ennustaa tai arvioida.

Aiemman tutkimuksen valossa esiintyy eriäviä mielipiteitä ja tuloksia siitä, miten puheenaiheiden välttely vaikuttaa parisuhteeseen. Osa tutkijoista argumentoi, että puheenaiheiden välttely johtaa

epätyydyttäviin suhteisiin (Caughlin & Afifi 2004), kun taas osa näkee toiminnan suhdetta säästävänä. Caughlinin ja Petronion (2004) mukaan puheenaiheiden välttely saattaa palvella tärkeitä ja mahdollisesti positiivisia toimintoja suhteissa. Myös Afifi ja Guerrero (2002) ovat samansuuntaisesti esittäneet, että puheenaiheiden välttely edistää usein sosiaalisten siteiden muodostumista ja turvaamista. Voidaankin epäillä, että puheenaiheiden välttelyyn liittyvät hyödyt ovat tapauskohtaisia. Esimerkiksi menneisyydestä kumpuavat negatiiviset kokemukset eivät välttämättä ole niin merkityksellisiä suhteen kannalta kuin ne tunteet, joita osapuolet kokevat suhteessa toisiinsa. Puheenaiheiden välttelyä voidaan arvioida myös viestinnällisten taitojen näkökulmasta: vahvemmat viestijät todennäköisesti pystyvät muotoilemaan ongelmakohdatkin rakentavaan sävyyn, kun taas heikommilla viestijöillä voi olla suurempi riski väärinymmärrykseen. Tällöin puheenaiheen välttely voidaan nähdä jopa suhdetta säästävänä strategiana.

Gable (2006) liittää puheenaiheiden välttelyn osaksi *lähestymis-välttely-ristiriitaa (approach-avoidance conflict)*, jolla tarkoitetaan erilaisten tavoitteiden esiintymistä yksilöiden suhdekäyttäytymisessä. Tutkimusten mukaan yksilöiden tavoitesuuntautuneisuus aiheuttaa epäsuotuisia tuloksia parisuhteessa ja täten onkin tärkeää ymmärtää kuinka välttely voi lietsoa negatiivisuutta lisääviä parisuhdekokemuksia (Kuster ym. 2015, 263).

Lähestymissuuntautuneisuutta (*approach orientation*) käytetään edistämään haluttuja lopputulemia, jotka määrittyvät palkitsevien kokemusten olemassaololla (esim. läheisyys), kun taas välttelysuuntautuneisuudella (*avoidance orientation*) pyritään ajautumaan kauemmas ei-halutuista lopputulemista, jotka määrittyvät rangaistuskokemuksilla tai uhilla (esim. torjuminen tai konflikti). Parisuhteissa välttelemistavoitteiden aikaansaamat negatiiviset kokemukset saattavat synnyttää viestintäongelmia ja välttely saattaa säilyä viestinnän käytäntönä. (Gable 2006.) Lähestymis-välttely-ristiriidan näkökulma osoittaa sen, että vaikka puheenaiheiden välttely saattaa olla hetkellisesti parisuhdetta säästävä teko, voi se kuitenkin aiheuttaa pitkäaikaisia negatiivisia haittoja. Esimerkiksi aiemmat seksikokemukset ja henkilökohtaisimmat seksuaaliset mieltymykset saatetaan haluta pitää toiselta osapuolelta salassa, koska niiden pelätään aiheuttavan enemmän ristiriitoja kuin lähentymistä parisuhteessa. Kuitenkin toinen osapuoli saattaa tulkita avoimuuden puutteen emotionaalisenä torjuntana tai viestinä siitä, että parisuhteessa ei ole riittävästi luottamusta. Myös seksimieltymyksistä valehteleminen (kuten orgasmin näytteleminen) voi tuntua hetkellisesti suhdetta säästävältä toiminnolta, mutta pidemmän päälle seksuaalinen tyytyväisyys ja sitä kautta suhdeyytyvyisyys voivat kärsiä. Tällaiset negatiiviset kokemukset ovat tietyllä tapaa viestinnällisen tavoitekäyttäytymisen aikaansaannosta ja saattavat vaikuttaa myös siihen, millaisena keskustelun avoimuus jatkossa näyttäytyy. Viestinnälliset valinnat luovat suhteen todellisuutta, siinä missä

suhteen tila vaikuttaa viestintään. Viestinnän tietoisuuden korostaminen onkin yksi parisuhteen kulmakivistä ja tulisi muistaa yksi tieteenalan perusolettamuksista: ”One cannot not communicate” eli yksilö viestii silloinkin, kun hän ei koe sanovansa mitään ja tätä kautta syntyy tulkintoja toisessa interpersonaalisen suhteen osapuolella (Watzlawick, Beavin & Jackson, 1967). Hiljaisuus on viestinnällinen toiminto.

Yksityisyyden hallinnan teorian (*Communication Privacy Management Theory, CPM*) avulla voidaan tarkastella laajemmin haavoittuneisuutta, jota syntyy henkilökohtaisen tiedon paljastamisesta. Yksilön nähdään rakentavan yksityisyysrajoja kontrolloidakseen riskejä, jotka liittyvät yksityisen tiedon paljastamiseen. Teoria esittää, että yksilö rakentaa kaikissa suhteissaan henkilökohtaisia yksityisyysrajoja, jotka identifioivat hänelle kuuluvaa tietoa. Nämä rajat vaihtelevat läpäisevyyden suhteen, mutta tulkitaan pysyvinä laadultaan. Voidaan puhua välttelemiskäyttäytymisestä (*avoidance behaviour*), jossa käytös tietyssä tilanteessa on yleensä johdonmukaista aiemmin muodostuneen yksityisyyden hallinnan kaavan kanssa. (Petronio 2002.)

Tiedon jakamiseen tai välttelyyn liittyy vahvasti se kuva, millaisena haluamme toisen osapuolen meidät näkevän. Itsensä esittäminen (*self-presentation*) voidaan nähdä tavoitteellisena toimintana, jossa yksilö esittää itsensä haluttavin ominaispiirtein tarkoituksenaan sekä muokata haluttava kuva kohdeyleisöä varten että saavuttaakseen intrapersonaalisia hyötyjä. Näin ollen voidaan olettaa, että parisuhteessa yksilö esittää itsensä tavalla, joka kuvastaa hänen toivomaansa parisuhdetta. (Ma ym. 2015, 457.) Kun ihmisen sosiaalinen imago on mahdollisesti uhattuna, hänen motivaationsa esittää itsensä miellyttävällä tavalla lisääntyy (Schlenker 2003). Tällainen pelko esimerkiksi torjutuksi tulemisesta tai kasvojen menettämisestä on läsnä etenkin suhteen alkuvaiheessa, kun varmuutta toisen reagoititavoista ei välttämättä ole.

4 YKSILÖN SEKSUAALISUUS

Edellisessä luvussa tarkasteltiin seksuaaliviestinnän piirteitä parisuhteen näkökulmasta.

Parisuhdetta ei tulisi kuitenkaan nähdä tyhjiönä, jossa osapuolten käyttäytyminen syntyy pelkästään interpersonaalisen viestinnän tai parisuhteen tilan seurauksena. Jotta voidaan aidosti ymmärtää niitä tekijöitä, jotka muokkaavat seksuaaliviestintäkäyttäytymistä, on seksuaalisuutta hyvä tarkastella myös yksilön näkökulmasta. Seuraavaksi selvitetäänkin, millaisia yksilöllisiä eroja seksuaalisuudessa esiintyy sekä mitkä tekijät ovat voivat näiden pohjalla. Seksuaalisten mallien ja seksuaalisen itsetunnon kautta voidaan laajentaa näkökulmaa sen suhteen, miten yksilö viestii seksistä kumppanilleen.

4.1 Seksuaalisuuden määrittelyä

Seksuaalisuus (*sexuality*) on laaja käsite, jota voidaan purkaa osiin monin eri tavoin. Myös sen tieteelliset määritelmät ovat muuttuneet paljon vuosien saatossa. Freud (1953) näki seksuaalisuuden ”vaistonvaraisena, spontaanina ja itsepintaisena voimana, joka ajaa ihmisiä etsimään sukuelimellistä helpotusta”. Nykyajan tutkimuksille on sen sijaan tavallista, että seksuaalisuuden liitetään emotionaalisempi näkökulma. Esimerkiksi Toates (2009) puhuu seksuaalisesta motivaatiosta (*sexual motivation*), joka on kiihottumisen seurauksena aktivoituva prosessi. Tässä myllerryksessä syntyy tunteita, haluja ja behavioralistisia taipumuksia, jotka lopulta johtavat seksuaaliseen toimintaan, kuten yhdyntään tai itsetyydytykseen. Ajatus on siis muuttunut Freudin ajoista siten, että seksuaalisuus ei itsessään johda esimerkiksi seksin harrastamiseen, vaan seksuaalinen motivaatio syttyy kiihottumisen kautta, joka heijastuu erilaisiin vastejärjestelmiin kehossa. Erilaiset fysiologiset ja psykologiset toiminnot prosessoivat sitä, minkälaiseen toimintaan päädytään ja onko se esimerkiksi kannattavaa. Mallia on havainnollistettu kaaviossa (1). Määritelmän voidaan nähdä korostavan ihmisen rationaalisuutta ja nykypäivän normien mukaista itsehillintäkykyä.

KAAVIO1. Seksuaalisuus emotionaalisena prosessina.



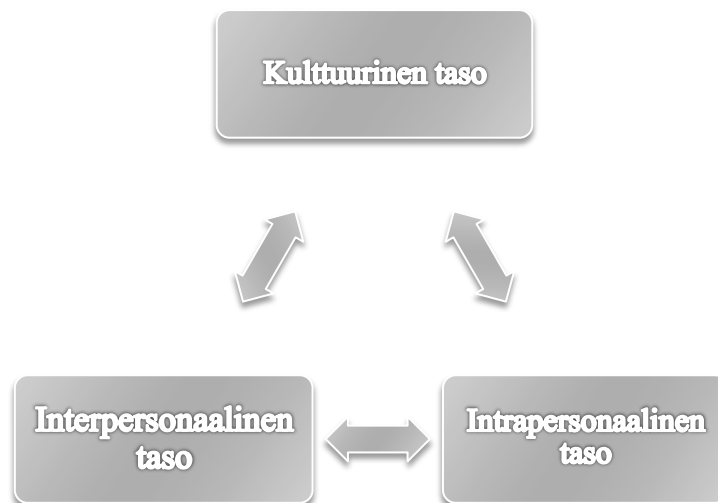
Väestöliiton (2015) mukaan seksuaalisuuteen kuuluu seksuaalinen kehitys, biologinen sukupuoli, seksuaalinen suuntautuminen, sosiaalinen sukupuoli-identiteetti ja sen mukainen rooli sekä suvun jatkaminen. Seksuaalisuuteen ja sen ilmaisuun nähdään vaikuttavan psykologiset, biologiset, kulttuuriset, sosiaaliset, poliittiset, historialliset, uskonnolliset, taloudelliset ja henkiset tekijät. Määritelmän mukaan ”seksuaalisuus on ihmisen synnynnäinen kyky ja valmius reagoida psyykkisesti ja fyysisesti aistimuksiin ja virikkeisiin kokemalla mielihyvää”.

Seksuaaliviestinnän tutkimuksessa yksilön seksuaalisuuteen liitetään usein seksuaaliset halut, mieltymykset, pelot ja fantasiat (esim. Masters, Johnson & Kolodny 1986). Parisuhdetutkimuksessa seksuaalisuuden määritelmässä korostuvat sen sijaan seksuaalinen toiminta ja se esimerkiksi se, kuinka aktiivista seksielämä osapuolten välillä on (Timm 2015). Seksuaalisuuden kokemiseen liittyvät myös sukupuolten väliset erot. Cupachin ja Mettsin (1989) tutkimustulosten mukaan naiset liittävät parisuhteen seksuaalisuuteen emotionaalisempia teemoja kuten mukavuus, reagoivuus, erityisyys ja viestintä. Miehet sen sijaan korostivat kokemuksissaan selkeästi fyysisyyttä, kuten kiihoittuneisuutta ja seksin toistuvuutta. Tulosten voidaan nähdä olevan yhdenmukaisia vanhan kansanviisauden kanssa: ”Miehet antavat rakkautta saadakseen seksiä, kun taas naiset antavat seksiä saadakseen rakkautta”. Ottamatta sen enempää kantaa väitteen todenmukaisuuteen, on seksuaalisuudessa aina huomioitava miehen ja naisen biologiaan pohjautuvat erot yksilön luonneominaisuuksien ohella.

4.2 Seksuaaliset mallit

Yksilöllistä seksikäyttäytymistä on mahdollista selittää laajemmin sosiokulttuuristen prosessien avulla. Ne määrittävät, mikä nähdään seksuaalisena ja miten yksilöt käyttäytyvät seksuaalisesti. Tämä näkökulma tunnistaa kolme erilaista seksuaalista mallia (*sexual script*). (1) Kulttuurisella tasolla kulttuuriset ja sosiaaliset ryhmät muodostavat ja määrittävät seksuaalisia malleja käsitteellistääkseen hyväksyttyä seksuaalista toimintaa. (2) Interpersonaalisella tasolla mallit käsittävät todellisen seksuaalisen kanssakäymisen yksilöiden välillä. (3) Intrafyysisellä tasolla malleja puolestaan käytetään ajatusten ja tunteiden organisointiin, jotka liittyvät yksilön omaan seksuaaliseen käyttäytymiseen ja haluihin. (Gagnon & Simon 1987.) Mallit on kuvattu kaavioon (2), joka havainnollistaa kirjallisuuskatsausta.

KAAVIO 2. Yksilön seksuaaliseen käyttäytymiseen vaikuttavat mallit.



Kulttuurisella tasolla sosiaalisesti rakentuneet mallit vaikuttavat siihen, mitä puheenaiheita pidetään sopivina ja miten niitä lähestytään (Liu 2012, 210). Seksuaalikäyttäytymistä tutkittaessa on otettava huomioon elinympäristön laajempi sosiaalinen ja kulttuurinen konteksti. Stereotyyppit ohjaavat usein ihmisten arvioita heidän seksuaalisista suhteistaan. Normatiiviset uskomukset siitä, miten suhteiden tulisi optimaalisesti toimia tulevat osaksi yksilön seksuaalista ja suhdeskeemaa, vääristäen tiedon käsittelyä ja muodostaen seksuaalista käyttäytymistä odotusten mukaisesti. Samoin uskonnolliset aatteet, kulttuuriset normit ja sukupuolirooleihin liittyvät odotukset saattavat luoda stressiä, kun seksuaaliset kokemukset eivät vastaa näitä joskus epärealistisiakin odotuksia. (Dewitte 2014, 221–222.) Kulttuurinen taso on hyvin laaja tutkimuskohde, sillä jokaisella kulttuurilla on alakulttuuri, joka on ottanut toinen toisestaan vaikutteita. Lisäksi oman kasvuympäristön ja sukujuurten synnyttämä normisto saattaa olla ominaispiirteiltään täysin valtakulttuurista poikkeava. Median vaikutus, harrastukset, idolit, oma filosofinen arvomaailma ja alitajuisesti havainnoidut mallit luovat niin monivivahteisen sekoituksen, että yksilö tuskin tarkalleen itsekään tietää, mistä hänen interpersonaalisen suhteen odotuksensa ovat peräisin.

Interpersonaalisen tason mallit puolestaan tarjoavat informaatiota siitä, mitkä keskustelut tai liikkeet johtavat seksiin, milloin keskustellaan esimerkiksi turvaseksistä tai miten kumppani saattaa reagoida tiettyihin pyyntöihin (Liu 2012, 210). Interpersonaalinen taso yhdistää siten parisuhteen osapuolten käyttäytymismallit ja sen, millaiseksi ne ovat yhteiselossa muovautuneet. Interpersonaalinen taso voidaan ajatella yksilön kannalta vähiten pysyvänä tasona, sillä se muotoutuu automaattisesti toisen osapuolen olemassaolon myötä. Tämä perusteleekin sitä, miksi parisuhde on kansankielisesti aina ”kahden kauppa”, eikä negatiivisiakaan toimintamalleja voida perustella vain toisen osapuolen käyttäytymismalleilla. Seksuaaliset mallit *intrafyysisellä tasolla* auttavat järjestämään ajatuksia oman käyttäytymisen ja halujen suhteen. Seksin mallintaminen luontaisena toimintona, tarpeena ihmiskeholle ja keskeisenä ihmissuhteille, saattaa olla sekä vapauttavaa että voimaannuttavaa. (Liu 2012, 210.) Intrafyysisten mallien ristiriita suhteessa kulttuuriin johtaa kamppailuun sisäisten arvojen välillä. Esimerkiksi poliittiset ja uskonnolliset aatteet asettavat useissa valtioissa raamit sille, minkälaisena naisen seksuaalisuus tulisi näyttäytyä. Vaikka oma sisäinen seksuaalinen asenne olisikin avoin ja omaa naisellisuutta kunnioittava, saattaa se hämärtä ulkoisten vaikutteiden johdosta.

Kun ihmiset ovat vuorovaikutuksessa toistensa kanssa seksiin liittyvissä sosiaalisissa tilanteissa (ts. interpersonaalisen mallin tasolla), he käyttävät hyväkseen sekä kulttuurisia malleja (ohjenuoria siitä mikä on hyväksyttävää) sekä henkilökohtaisia halujaan eli intrafyysisiä malleja. (Liu 2012, 198.)

Malleja ei siis tule ymmärtää toisistaan irrallisina elementteinä, vaan kokonaisuutena, jota voidaan lähestyä erilaisista näkökulmista.

Seuraavaksi tarkastellaan aiempaa kirjallisuutta parisuhteeseen liitettävien, interpersonaalisen tason tekijöiden kautta. Teemoina ovat *läheisyys* ja *epävarmuus* sekä *puheenaiheiden välttely*. Tekstikappaleessa 2.5 syvennetään lisää intrafyysistä tasoa *seksuaalisen itsetunnon* kautta ja pohditaan laajemmin yksilönäkökulmaa seksuaaliviestinnässä.

4.3 Seksuaalinen itsetunto

Aiemman tutkimuksen pohjalta voidaan sanoa, että puhuja ei ainoastaan määrittele toista yksilöä keskustelun perusteella vaan määrittelee myös itseään saman keskustelun kautta (Scollon ja Wong-Scollon 1990, 285). Yksilön minäkäsitys (*self-concept*) on yhteydessä ihmissuhteisiin niin merkittävästi, että suhteiden voidaan sanoa muodostavan pohjan minäkäsitykselle (Aron 2003). Lisäksi interpersonaalinen minuus nähdään keskeisempänä minäkäsityksen kannalta kuin intrafyysiset prosessit (Tice & Baumeister 2001, Man ym. 2015, 453 mukaan). Toisin sanoen se, miten käyttäydymme vuorovaikutustilanteessa toisten ihmisten kanssa, vaikuttaa enemmän minäkäsityksemme muodostumiseen kuin se, millaista dialogia käymme itsemme kanssa. Lisäksi tutkimuksen mukaan yksilön pyrkimykset itsensä esittämisen suhteen voivat sisältää tietoa heidän romanttisista suhteistaan (Ma ym. 2015, 453). Seksuaaliviestinnän laatu ei täten heijastu ainoastaan suhdeprosesseihin, vaan vaikuttaa myös osapuolten minäkäsitykseen.

Seksuaalinen itsetunto (SSE) viittaa yksilön omakuvaan seksuaalisena toimijana ja sisältää ne arvot, jotka yksilö asettaa seksuaali-identiteetilleen ja seksuaaliselle hyväksynnälle (Calogero & Thompson 2009, Babinin 2012, 274 mukaan). Mitä enemmän yksilö näkee itsensä taitavana ja viehättävänä seksuaalisena kumppanina ja kontrollissa seksuaalisuutensa suhteen, sitä todennäköisemmin hän uskoo pystyvänsä keskustelemaan tyydyttävästä seksuaalikäyttäytymisestä kumppaninsa kanssa (Oattes & Offman 2007).

Seksuaalinen itsetunto on riippuvainen monesta tekijästä, kuten suhdekontekstista (relational context). Tutkimusten mukaan jotkut yksilöt arvottavat itsensä suhteensa kautta ja tämä saattaa vaikuttaa siihen, milloin ja miksi he osallistuvat seksuaaliseen toimintaan kumppaninsa kanssa (Sanchez ym. 2011, Dewitten 2014, 218 mukaan). Mitä enemmän yksilöt pohjaavat omaa arvoaan

(self-worth) heidän suhteeseensa, sitä enemmän he saattavat olla halukkaita harrastamaan seksiä vaaliakseen suhdettaan ja saadakseen kumppaninsa hyväksyntää, enemmän kuin oman nautintonsa vuoksi. (Dewitte 2014, 218).

Seksuaaliviestintäarkuus

Seksuaaliviestintä vaikuttaa laajasti siihen, miten parisuhteen osapuolet tuntevat ja käyttäytyvät toistensa kanssa. Etenkin alkuvaiheen parisuhteessa voi olla epämurkavaa puhua seksistä, sillä varmuus toisen mieltymyksistä tai suhtautumistavoista omiin kokemuksiin on vähäistä.

Parhaimmillaan seksuaaliviestintä lisää läheisyyttä, mutta ristiriitojen seurauksena se voi myös vähentää sitä. Aina ei ole kuitenkaan kyse suhteeseen liitettävästä epävarmuudesta, vaan on otetta huomioon syvemmän, yksilötason pelkotilan mahdollisuus. Suhteen kehittämisen kannalta on merkittävää tunnistaa, mitkä tekijät vaikuttavat seksuaaliviestinnän laatuun ja miten niitä voidaan rakentavasti kehittää.

Viestintäarkuus (*communication apprehension, CA*) on tutkituin yksittäinen käsite viestintätieteissä (Wrench, Brogan, McCroskey & Jowi 2008, 412). Tutkimuksessaan McCroskey ja Richmond (1995, 42–48) jakavat viestintäarkuuden neljään alakategoriaan: piirretyyppinen (*trait-like*), kontekstisidonnainen (*context-based*), yleisösidonnainen (*audience-based*) ja tilannekohtainen (*situational CA*). Viestintäarkuudesta on sittemmin jalostettu alakäsite seksuaaliviestintäarkuus (*sexual communication, SCA*). Se voidaan määritellä pelkona, joka liitetään todelliseen tai ennakoituun viestintään seksikumppanin kanssa seksiin liittyvistä asioista (esimerkiksi seksuaalinen mielihyvä, turvaseksikäytännöt). (Babin 2012, 272.) Seksuaaliviestintäarkuus voidaan nähdä siten tilannekohtaisena viestintäarkuuden piirteenä. Koska seksuaaliviestintä poikkeaa laadullisesti muusta viestinnästä (Fauber ym. 2010), voi seksuaaliviestintäarkuudesta kärsivä henkilö olla muutoin vahva viestijä. Mikäli seksuaaliviestintäarkuutta ei tunnisteta persoonallisuuspiirteenä, saatetaan siitä johtuvat ongelmat ymmärtää epätarkoituksenmukaisesti. Seksuaaliviestintäarkuuden piirteet ovat myös helposti sekoitettavissa seksuaaliseen haluttomuuteen, vaikka kyse onkin kahdesta täysin eri asiasta. Tässä tutkimuksessa on hyvä ottaa huomioon, että vaikka seksuaaliviestintä antaa osviittaa parisuhteen tilasta, ei sen suhteen voida vetää liian suoraa johtopäätöksiä. Toisin sanoen se miten parisuhteen osapuolet puhuvat seksistä ei ole suoraan verrannollinen siihen, millaista heidän seksielämänsä todellisuudessa on. Tutkimuksen

tarkoituksena onkin selvittää, millaisia viestintäkäyttäytymisen malleja seksistä puhumiseen liittyy ja miten nämä valinnat vaikuttavat parisuhteeseen esimerkiksi suhdetyytyväisyyden tasolla.

4.4 Seksuaalinen itsestäkertominen

Itsestäkertominen (*self-disclosure*) muodostaa huomattavan osan ihmisten välisestä viestinnästä – 30-40 prosenttia jokapäiväisestä puheesta on informaatiota yksilön omista suhteista ja kokemuksista (Dunbar, Marriot & Duncan 1997, 231–246). Itsestäkertomisen termiä on määritelty kirjallisuudessa monin tavoin. Esimerkiksi Worthyn, Garyn ja Kahnin (1969, 59) varhaisen määritelmän mukaan itsestäkertomista tapahtuu, kun yksilö paljastaa tietoisesti toiselle osapuolelle itsestään sellaista tietoa, joka ei ole yleisesti tunnettua tai jota toinen ei muutoin saisi tietoonsa. Määritelmä on siis intentionaalisuuteen pohjaava.

Itsestäkertomisen aiheesta on laajennettu seksuaalisen itsestäkertomisen (*self-disclosure*) käsite, joka auttaa näkökulmana tarkastelemaan erityisesti parisuhteessa esiintyvää läheisyyttä. Seksuaalinen itsestäkertominen voidaan nähdä riippumattomana muusta viestinnästä, jota parisuhteessa esiintyy (Byers & MacNeil 2005, 170) sekä toisaalta yhtenä henkilökohtaisimmista itsestäkertomisen muodoista (Tang ym. 2013, 227).

Yang ja kumppanit (2010) määrittelevät seksuaalisen itsestäkertomisen henkilön halukkuutena viestiä muille vaihtelevista seksuaalisista aiheista. ”Muilla” viitataan eri kohdehenkilöihin kuten vanhempiin, ystäviin, tuttaviiin, terapeutteihin tai jopa tuntemattomiin ihmisiin (Tang ym. 2013, 228). Osa tutkijoista kuitenkin rajaa termin käytön kapea-alaisemmin parisuhteessa tapahtuvaan seksuaaliviestintään. Tässä tutkimuksessa seksuaalinen itsestäkertominen nähdään sinä asteena, jolla romanttisen suhteen osapuoli paljastaa ajatuksiaan, tunteitaan ja käyttäytymistään kumppanilleen. (Tang ym. 2013, 228.)

Useiden tutkimusten mukaan runsas seksuaalinen itsestäkertominen voidaan liittää korkeampaan suhdetyytyväisyyteen, joka taas puolestaan on liitettävissä korkeampaan seksuaaliseen tyytyväisyyteen (esim. Meeks, Hendrick & Hendrick 1998). Seksuaalisten mieltymysten jakaminen voi myös toimia informaatiovälineenä ja sitä kautta lisätä seksuaalista nautintoa, koska kumppanilla on parempi ymmärrys siitä, mistä toinen pitää ja mistä ei (Cupach & Metts 1991).

Seksuaalista itsestäkertomista on mitattu aiemmassa tutkimuksessa eri tavoin. Esimerkiksi Snell, Belk, Papini ja Clark (1989, 307–334) kehittivät asteikon, jonka aiheet jakautuvat neljään pääkategoriaan: *seksuaalinen käyttäytyminen*, *seksuaaliset arvot ja mieltymykset*, *seksuaaliset asenteet* sekä *seksuaaliset tunteet*. Näiden kategorioiden sisällä tutkimukseen osallistuneita pyydetään arvioimaan asteikolla yhdestä viiteen, kuinka paljon he ovat paljastaneet tiettyjä aiheita kumppanilleen. Byers ja Demmons (2010) käyttivät samankaltaista lähestymistapaa tutkimuksessaan. Tutkijat loivat seitsenportaisen arvoasteikon, jonka perusteella on mahdollista selvittää, kuinka paljon parisuhteen osapuolet paljastavat toisilleen seksiin liittyviä mieltymyksiä.

5 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Tässä luvussa kuvataan tutkimuksen toteuttamisen eri vaiheita. Aluksi lähdetään liikkeelle tutkimusasetelmasta, minkä jälkeen pohditaan niitä tieteenfilosofisia lähtökohtia, joille tämä tutkimus rakentuu. Sitten selvitetään tutkimusmenetelmän valikoitumista sekä aineiston keräämistä ja analysointia.

5.1 Tutkimusasetelma

Aiemman tutkimuksen mukaan seksuaaliviestintä vaikuttaa sekä seksuaaliseen hyvinvointiin että yleiseen suhdetyytyväisyyteen (esim. Dewitte 2014). Kuitenkin seksistä puhumista pidetään usein epämiellyttävänä (esim. Lucchetti 1999) ja etenkin suhteen alkuvaiheessa mahdollisia konflikteja pyritään välttämään. Alle viiden kuukauden mittaisissa parisuhteissa yhdessäolo on oletetusti jo saanut yhteiset raamit, mutta suhde ei ole vielä täysin vakiintunut. Sen takia viestinnällisillä strategioilla voidaankin nähdä olevan kriittinen merkitys. Tämä ristiriita luo kiinnostavan lähtökohdan tutkimukselle.

Seksuaaliviestintä vaatii muuta viestintää enemmän avoimuutta ja riskinottoa (Fauber ym. 2010). Seksuaalisuudesta puhuttaessa yksilö riisuu itsensä kuvaannollisesti paljaaksi, sillä kyse on henkilökohtaisesta asiasta. Tutkittaessa parisuhteen seksuaaliviestintää kyetään selvittämään interpersonaalisen viestinnän tekijöiden lisäksi myös yksilötason piirteitä. Yksilön vuorovaikutustavat läheisessä suhteessa ovat olennaisesti sidoksissa yksilön minäkuvaan ja itsetuntoon. Tämän vuoksi tutkimuksella saavutettu ymmärrys on arvokasta sekä parisuhde- että yksilönäkökulmasta. Tutkimus rakentuu seuraavalle tutkimusongelmalle:

Millaista seksuaaliviestintä on parisuhteiden alkuvaiheessa?

Seksuaalinen itsestäkertominen lisää tyytyväisyyttä parisuhteessa ja sitä kautta seksuaalista tyytyväisyyttä (Meeks ym. 1998). Kuitenkin yksilön on havaittu välttelevän tiettyjä puheenaiheita välttääkseen konflikteja tai esittääkseen itsensä miellyttävässä valossa. Tutkimuksessa onkin löydöksiä siitä, että puheenaiheiden välttelyllä saattaa olla positiivisia hyötyjä kuten sosiaalisten siteiden turvaaminen (Afifi & Guerrero 2002). Tämän pohjalta ensimmäiseksi tutkimuskysymykseksi muodostuukin:

(1) Mistä seksiin liittyvistä asioista kumppanin kanssa puhutaan / mitä aiheita vältellään?

Dewitten (2014) mukaan seksuaalisten mieltymyksen jakaminen lisää läheisyyttä parantaen näin seksuaalista hyvinvointia. Seksuaaliviestinnällä nähdään monien tutkimusten mukaan myös selvä yhteys yleiseen suhdetyytyväisyyteen (esim. Fauber ym. 2010). Viestintä voi joko lisätä tai vähentää läheisyyttä parisuhteissa (Yoo 2013). Onkin mielenkiintoista tarkastella, miten seksuaaliviestintä vaikuttaa parisuhteeseen laatuun ja eritoten seksuaaliseen kanssakäymiseen. Toinen tutkimuskysymys on täten:

(2) Miten seksistä puhumisen koetaan vaikuttavan parisuhteeseen?

Tutkimuksen taustaoletuksena on, että epävarmuus on korkeaa etenkin parisuhteen alkuvaiheessa, sillä tulevien tapahtumien ennustettavuus on matalaa (Berger & Bradac 1982). Konfliktien ja aggression määrä nähdään korkeana ennen kuin suhde on päässyt täysin vakiintumisvaiheeseen (Reese-Weber 2015). Tässä tutkimuksessa onkin olennaista selvittää, miten alkuvaiheen pariskunnat selviävät seksuaaliviestinnän tuomasta epävarmuudesta viestinnällisin keinoin. Kolmanneksi tutkimuskysymykseksi jäsentyy:

(3) Miten epävarmuutta pyritään vähentämään?

5.2 Tieteenfilosofiset lähtökohdat

Tutkimuksessa tulisi selvittää luonteeltaan filosofisia kysymyksiä, jotta tutkimukselliset valinnat ovat loogisempia ja tutkimuksesta tulee näin luotettavampi (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2004). Tämän tutkimuksen lähtökohdat mukailevat konstruktivistista maailmankuvaa, jossa tietoa ei koskaan nähdä objektiivisena heijastumana ympäröivästä maailmasta. Yksilön tai yhteisön aktiivinen tulkinta vaikuttaa aina tiedon luonteeseen, minkä vuoksi maailmasta ei kyetä saavuttamaan absoluuttista tietoa. (Tynjälä 1999, 25–26.) Tämän tutkimuksen voidaan nähdä edustavan *fenomenologis-hermeneuttista tutkimusperinnettä*, sillä sen tarkoituksena on selvittää, millaista seksuaaliviestintä on parisuhteiden alkuvaiheissa.

Fenomenologisen tutkimuksen tarkoitus on lisätä ymmärrystä inhimillisen elämän ilmiöistä (Laine 2001, 42). Suuntaus tarjoaa näkemyksen siihen, miten kokemusta voidaan tutkia. Kokemus nähdään vuorovaikutuksena todellisuuden kanssa, sillä kokemukset muodostavat ihmisen suhteen maailmaan. Fenomenologiseen tutkimukseen kuuluu tutkijan oman itseymmärryksen tiedostaminen ja vaikutusten reflektointi. Tutkimusta ei ohjata ennaltamääritettyjen teoreettisten mallien kautta. (Laine 2001, 26–33.) Fenomenologiseen tutkimukseen hermeneuttinen ulottuvuus tulee mukaan tulkinnan tarpeen myötä. Hermeneuttinen tutkimus kohdistuu ilmauksiin, hallitsevimmin kielellisiin ilmauksiin, joiden nähdään kantavan merkityksiä. Merkityksen tutkimuksessa kohde ei ole ulkoinen, vaan tutkittava merkitysmaailma on jo entuudestaan jollain tavoin tuttu. Jonkinlainen esituttuus on merkitysten ymmärtämisen edellytys ja hermeneuttisen tutkimuksen tavoitteena onkin tehdä ”jo tunnettua tiedetyksi”. (Laine 2001, 29.)

Tutkijan esiymmärrys

Olennaista merkitysten tutkimisessa on se, että merkitykset syntyvät asioiden suhteista toisiinsa: niillä ei ole merkityksiä itsessään. Erilaiset oletukset ja intressit saavat tutkijat toteuttamaan tutkimansa asiat eri tavoilla, mikä johtaa erilaisten tulkintojen rakentumiseen. Täten tutkijan on tiedostettava oma esiymmärryksensä. Fenomenologiassa esiymmärrys korostuu sen tähden, että asioida pyritään kuvaamaan mahdollisimman ennakkoluulottomasti. Hermeneutiikassa taas lähdetään siitä perusolettamuksesta, että tutkija ei voi koskaan vapautua ennakkoluuloistaan. (Laine 2001, 50.)

Tässä tutkimuksessa aihealueena on parisuhteiden seksuaaliviestintä, jonka painopisteenä on suhteen alkuvaihe ja sen tuomat erityispiirteet. Puheviestinnän maisteriopiskelijana tutkijalla on vahva osaaminen interpersonallisesta viestinnästä ja tieteenalan teoriakentästä. Tutkijalla on ollut lapsuudesta asti syvä kiinnostus psykologiaan ja ihmiskäyttäytymiseen, mikä voidaan nähdä merkittävänä esiymmärryksen muodostajana tässä tutkimuksessa. Yli kymmenen vuoden työkokemus erilaisissa asiakaspalvelu-, myynti- ja opetustehtävissä on kehittänyt entisestään tutkijan viestinnällistä osaamista ja tarjonnut aitiopaikan erilaisten viestintätyylien sekä persoonallisuuksien tarkkailuun. Ihmisläheisyys arkielämässä ja tutustuminen eri kulttuureihin matkustelun ja eri maissa asumisen kautta on lisännyt tutkijan ymmärrystä yksilöeroista: siitä miten erilaisia merkityksiä ihmiset liittävät samoihin asioihin ja mitä syitä saattaa olla poikkeavien käyttäytymismallien takana. Tutkijan oma elämäkatsomus on luonteeltaan hyvin hermeneuttinen eli ilmaisujen merkitystä korostava. Ilmaisuihin onkin yksi pääteemoista koko puheviestinnän tieteenalalla: on mentävä syvemmälle kuin se mitä, ihminen sanoo ja tulkittava *miten* hän sen sanoo. Ilmaisujen ymmärtäminen on yhteisöllisen elämän perusilmiö (Laine 2001, 29), joka kuitenkin jää usein pinnalliselle tasolle.

Seksuaalikäyttäytyminen ja sen eroihin liittyvät syyt ovat kiinnostaneet tutkijaa pitkään, mutta ajatus seksuaalisuuden ja viestinnän yhdistämisestä syttyi kuitenkin vasta opintojen myötä. Seksuaaliviestintä ei itsessään ole kuulunut opetuksen piiriin yliopistossa, minkä takia tutkija onkin herännyt miettimään aiheen merkitystä ja pohtimaan sitä erilaisten teorioiden valossa. Tutkija uskoo aidosti, että viestintä toimii välineenä erilaisten todellisuuksien kartoittamiseen ja pyrkii arkielämässään hakemaan laajempia merkityksiä "viestinnän verhon" takaa. Esimerkiksi seksuaaliviestintä ei ole ilmentymä pelkästään seksielämän laadusta, vaan heijastaa vahvasti suurempaa tyytyväisyyden tasoa parisuhteessa ja antaa viitteitä henkisestä hyvinvoinnista myös yksilötasolla.

Laineen (2001) mukaan inhimillisen elämän osa-alueita tutkitaan usein siksi, että siihen liittyy ongelmia tai kehittämistarpeita. Omien kokemusten sekä aiemman kirjallisuuden perusteella tutkijalla oli sellainen ennakkokäsitys, ettei seksistä puhuta riittävästi julkisella tasolla. Ne viestinnälliset keinot, jotka tapahtuvat kahden ihmisen välillä parisuhteessa, kiinnostivat kuitenkin eniten. Se miten seksistä puhutaan esimerkiksi kaveripiirissä saattaa poiketa olennaisesti siitä, millaista seksuaaliviestintä parisuhteessa on. Tämän takia tutkija suhtautui tutkimuksen teettämiseen hyvin avoimella ja uteliaalla asenteella. Tutkimusasetelman suunnitteluvaihe sijoittui syksyyn 2015, jota edelsi puolen vuoden syvällinen kartoitus erilaisiin seksuaaliviestinnän

aineistoihin. Pääpainona oli alusta asti parisuhdeviestintä, mutta koska yksilön prosesseja ei voida sulkea pois interpersonallisesta viestinnästä, perehtyi tutkija seksuaalisuuteen paljon myös esimerkiksi yksilön itsetunnon ja kulttuurin näkökulmasta. Tutkimuksen rajausta tehtiin vasta, kun tutkija oli saavuttanut riittävän ymmärryksen aiemmasta tutkimuksesta ja siitä, mitä tekijöitä seksuaaliviestinnän laatuun liittyy. Tutkimusongelmaa ja –kysymyksiä asettaessa tutkijalla oli esioletuksena, että alkuvaiheen parisuhteiden seksuaaliviestintä on todennäköisesti hyvin vaihtelevaa. Lisäksi oli oletettua, että alle kuuden kuukauden kohdalla parisuhteissa seksuaaliviestintä ei olisi vielä niin kehittynyttä kuin sen jälkeen. Tutkimuksen hypoteesina oli, että pariskunnilla saattaa olla halu keskustella seksiin liittyvistä asioista enemmänkin, mutta epävarmuus vähentää halun toteutumista etenkin suhteen alkuvaiheessa.

5.3 Laadullinen tutkimusote

Tutkimuksessa tutkimusongelmaa lähestytään kvalitatiivisesti eli laadullisen tutkimuksen keinoin. Laadullista tutkimusotetta käytetään usein silloin, kun tutkittavaa ilmiötä halutaan kartoittaa ja sen luonteesta kaivataan lisää tietoa (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2004, 128–129). Laadullisen tutkimuksen lähtökohtana on todellisen elämän kuvaaminen ja siinä ilmiötä pyritään tutkimaan kokonaisvaltaisesti (Hirsjärvi ym. 2004, 157). Tämän tutkimuksen tarkoituksena on selvittää, miten parisuhteen alkuvaiheessa keskustellaan seksistä. Täten laadullinen menetelmä on luonteva valinta. Laadullinen tutkimusote tukee myös tutkimuksen filosofisia lähtökohtia.

Ihmiskäyttäytymisen tutkimuksen pohjalla nähdään merkityksellisenä ihmisen tajunta, joka erottaa hänet muista biologisista olioista. ”Tajunta muodostuu symbolien avulla välittyneistä ympäröivän maailman sisäisistä edustuksista, representaatioista. Tajunta mahdollistaa tulevaisuuden hahmottamisen samoin kuin kokemuksiin perustuvan käyttäytymisen säätelyn.” (Hirsjärvi & Hurme 2015, 23.) Laadullinen tutkimus poikkeaaakin kvalitatiivisesta eli määrällisestä tutkimuksesta siten, että merkitysten tutkiminen on keskeisintä. Lisäksi laadulliselle tutkimukselle nähdään luonteenomaisena pyrkimys kontekstuaalisuuteen, tulkintaan sekä toimijoiden näkökulman ymmärtämiseen. Subjektiivisuutta ei pidetä pahana ja tutkimuksen arvosidonnaisuus hyväksytään. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2004, 151–153.) Eroja laadullisen ja määrällisen tutkimuksen välillä on pyritty argumentoimaan paljon ja tutkijoilla onkin osittain vaihtelevia näkemyksiä. Yhtenä olennaisimmista eroista näiden kahden suuntauksen välillä voidaan kuitenkin pitää sitä, että

määrällisessä tutkimuksessa tutkimuksen kohde on tutkijasta riippumaton, kun taas laadullisessa strategiassa kohde ja tutkija ovat vuorovaikutuksessa (Hirsjärvi & Hurme 2015, 23).

Laadullinen tutkimus etenee induktiivisesti lähtien yksityisistä havainnoista ja päätyen yleisiin merkityksiin (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara, 2004, 266). Tässä tutkimuksessa selvitetäänkin haastateltavien kokemuksia siitä, millaisena seksuaaliviestintä heidän parisuhteessaan näyttäytyy ja millaisia erityispiirteitä siihen on mahdollisesti liitettävissä. Yksityisten havaintojen pohjalta on mahdollista luoda yleisempiä merkityksiä. Laadullisessa tutkimuksessa on keskeisempää tulkita ja saada lisää tietoa tutkittavasta ilmiöstä kuin esimerkiksi tehdä universaaleja yleistyksiä. Kvantitatiivisella tutkimuksella olisi mahdollista kerätä laajempi aineisto ja saada enemmän yleistävyyttä, mutta tässä tutkimuksessa haluttiin päästä ilmiössä mahdollisimman syvälle, sen sijaan että oltaisiin korostettu tulosten laajuutta. Tämän tutkimuksen pohjalta on mahdollista teettää jatkotutkimuksia myös määrällisellä strategialla, kun ilmiötä on ensin kartoitettu laadullisella otteella.

5.4 Teemahaastattelu

Eskola ja Suoranta (2000, 85) kuvaavat tutkimushaastattelua eräänlaisena keskusteluna, joka tapahtuu tutkijan aloitteesta ja on hänen johdattelemaansa. Hirsjärvi ja Hurme (2015, 42) tähdentävät, että haastattelun tavoitteena on informaation kerääminen, jolloin se on ennalta suunniteltua ja päämäärähakuista toimintaa. Keskustelulla puolestaan saattaa olla pelkkä yhdessäolofunktio. Hirsjärven ja Hurmeen (2015, 34–36) mukaan haastattelu on joustava tiedonkeruumenetelmä, jossa ollaan suorassa kielellisessä vuorovaikutuksessa tutkittavan kanssa. Tämä tilanne luo mahdollisuuden suunnata tiedonhankintaa itse tilanteessa, minkä lisäksi kyetään saamaan esiin vastausten taustalla olevia motiiveja. Ei-kielelliset vihjeet auttavat ymmärtämään vastauksia ja joskus jopa ymmärtämään merkityksiä toisin kuin alussa ajateltiin. Tutkijoiden mukaan haastattelu soveltuu nimenomaan arkojen, emotionaalisten tai intiimien aiheiden tutkimiseen, jollaisena seksuaaliviestintäkin voidaan nähdä. Haastattelu onkin oiva menetelmävalinta tähän tutkimukseen.

Haastattelu toteutettiin puolistrukturoidulla menetelmällä, teemahaastattelulla, sillä se mahdollistaa myös sellaisten teemojen ilmenemisen, joita ei oltu kysymyksiä suunniteltaessa ennakoitu. Teemahaastattelu eroaa strukturoidusta haastattelusta siten, että menetelmästä puuttuu kysymysten

tarkka muoto ja järjestys. Haastattelija varmistaa, että kaikki etukäteen päätetyt teema-alueet käydään haastateltavan kanssa läpi, mutta niiden järjestys ja laajuus vaihtelevat haastattelusta toiseen. (Eskola & Suoranta 2000, 86.) Teemahaastattelua voidaan kuvata eräänlaisena tutkijan ehdoilla käytävänä keskusteluna, jossa tutkija pyrkii vuorovaikutuksessa haastateltavien kanssa selvittämään heitä kiinnostavat asiat. Aihepiirit ovat kuitenkin tutkijan päättämiä. (Eskola & Vastamäki 2001.)

Teemahaastattelun etuja on sen avoin muoto, jolloin vastaaja pääsee halutessaan puhumaan varsin vapaamuotoisesti, jolloin kerätyn materiaalin voi katsoa edustavan vastaajien puhetta itsessään. Lisäksi teemat muodostavat konkreettisen kehikon, jonka avulla haastatteluaineistoa voi lähestyä edes jossain määrin jäsentyneesti. (Eskola & Suoranta 2000, 87.) Teemahaastattelu ottaa huomioon sen, että ihmisten tulkinnat asioista ja heidän asioille antamansa merkitykset ovat keskeisiä. Menetelmä korostaa myös merkitysten syntymistä vuorovaikutuksessa (Hirsjärvi & Hurme 2015, 48), minkä takia se tukee hyvin tutkimuksen tieteenfilosofia lähtökohtia.

Tässä tutkimuksessa haluttiin selvittää vastaajien kokemuksia siitä, millaista seksuaaliviestintä heidän alkuvaiheen parisuhteessaan on. Vastaavanlaista tutkimusta ei oltu aiemmin tehty, joten tutkimuksen tarkoituksena oli kartoittaa ja selvittää vastaajien näkemyksiä. Teemahaastattelu mahdollisti sen, että haastattelijan oli mahdollista selittää kysymyksissä käytettyjä termejä. Seksuaalisuus aihepiirinä on hyvin laaja, ja tutkimuksen luotettavuuden kannalta on kiinnitettävä huomiota siihen, että vastaajat ymmärtävät loppuun saakka, mitä kysymyksillä tarkoitetaan. Oli myös oletettavaa, että suuri osa kysymyksistä koski sellaisia teemoja, joita vastaaja ei ollut aiemmin päätenyt pohtimaan. Haastattelijan jatkokysymykset toimivat apuna vastaajien kokemusten jäsentämisessä, jolloin he saattoivat vapaasti kuvata ajatuksiaan ilman niiden tiivistämistä kirjoitettavaan muotoon.

5.4.1 Aineiston keruu ja vastaajat

Tutkimuksen vastaajiksi haettiin kymmentä henkilöä, joiden parisuhde on kestänyt korkeintaan kuusi kuukautta. Vaikka haastattelukysymykset eivät koskeneetkaan pelkästään nykyistä parisuhdetta, olisi jo vuosikausia seurustelleilla saattanut olla vaikeampi muistaa alkuvaiheen seksuaaliviestintää ja siihen liittyviä tuntemuksia. Vastaajiksi tavoiteltiin sekä naisia että miehiä ja heitä tavoiteltiin sosiaalisen median (Facebook, Twitter & LinkedIn) kautta. Tutkimus rajattiin heteroseksuaalisiin suhteisiin ja vastaajien ikähaarukaksi määritettiin 21-50 vuotta. Ikämäärityksellä pyrittiin saamaan yhtenäisempi aineisto, jossa esimerkiksi sukupolvien väliset erot eivät näyttäyty liian merkittävinä. Vastaajien alaikärajaksi asetettiin 21 vuotta, sillä nuoremmilla saattaisi todennäköisemmin olla vain vähäisiä suhdekokemuksia, minkä takia seksuaali-identiteetti ei välttämättä ole täysin kehittynyt. Tutkimusta ei kuitenkaan haluttu rajata pelkästään nuoriin, sillä nuorten ja esimerkiksi yliopisto-opiskelijoiden seksuaalikäyttäytymisestä on tehty paljon tutkimusta eikä iälle haluttu antaa liian suurta painoarvoa.

Parisuhteiden seksuaaliviestintää on aiemmassa tutkimuksessa tarkasteltu jonkin verran sukupuoleen liitettävän vertailun valossa. Tässä tutkimuksessa painopiste on kuitenkin suhteen alkuvaiheessa, jolloin seksuaaliviestintää tarkastellaan yksilön sekä suhteen näkökulmasta ilman sukupuolierottelua. Tutkimukseen ei haettu lähtökohtaisesti molempia parisuhteen osapuolia, sillä tarkoituksena oli enemmänkin saada tietoa useasta eri suhteesta kuin esimerkiksi vertailla suhteen osapuolten mahdollisesti toisistaan poikkeavia näkökulmia.

Haastattelut toteutettiin yksilöhaastatteluina, jotta muiden osapuolten läsnäolo ei vaikuta vastausten syvyyteen tai rehellisyyteen. Erityisesti niissä suhteissa, joissa seksuaaliviestintä on vähäistä, voisi esimerkiksi pariskunnan yhteishaastattelu vähentää avoimuutta haastattelijan ja haastateltavan välillä. Toisen osapuolen vastaukset saattaisivat myös vaikuttaa omiin käsityksiin. Timmin (2009, 24) mukaan seksuaalisista aiheista puhuttaessa ei tule välttää suoria kysymyksiä, mutta vastaajalla tulee olla oikeus olla vastaamatta kysymyksiin, jotka tuntuvat epämiellyttäviltä. Asiallisen terminologian käyttöön on hyvä pyrkiä, mutta vastaajan tulee kyetä ymmärtämään sanojen merkitys. Tämän takia saattaa olla hyvä suosia joskus epävirallisempaa sanastoa.

Haastattelut aloitettiin marraskuussa 2015 ja viimeiset toteutettiin helmikuussa 2016. Aihe koettiin hyvin kiinnostavana, mutta kriteereihin osuvia yksilöitä oli ennakoitua vaikeampi löytää. Moni pariskunnista oli ylittänyt jo puolen vuoden rajapyykin ja osa vähemmän aikaa seurustelleista ei

ollut vielä valmiita julkistamaan suhdettaan tai puhumaan siitä. Haastattelut käytiin rauhallisessa ympäristössä, jossa ei ollut häiriötekijöitä tai muita kuulijoita lähistöllä. Vastaajista kuusi asui haastattelun toteuttamishetkellä Tampereella ja neljä Helsingissä. Vastaajista viisi oli naisia ja viisi miehiä. Vastaajien iät vaihtelivat 21 ja 40 ikävuoden välillä ja ne on koottu taulukkoon (1).

Haastatteluihin osallistuneista kaikki ilmoittivat asuvansa kumppaninsa kanssa erillään.

TAULUKKO 1. Kyselyyn vastanneiden henkilöiden ikäjakauma.

Vastaajan ikä	Naiset	Miehet	Yhteensä
20-24	1	1	2
25-30	3	2	5
31-35		1	1
36-40	1	1	2
Yhteensä	5	5	10

Haastattelut kestivät puolesta tunnista kahteen tuntiin. Ilmapiiri oli rentoutunut ja vastaajat kertoivat kokemuksistaan ja tunteistaan runsain esimerkein. Teemahaastattelurunko toimi haastattelijan muistilistana ja valmiiksi suunnitellut kysymykset auttoivat siinä, että kaikki teemat tulivat monipuolisesti käsiteltyä. Keskustelu pidettiin kuitenkin hyvin luonnollisena ja koska vastaukset olivat hyvin laajoja, kaikkea ei tarvinnut edes erikseen kysyä. Mikäli jokin kiinnostava teema nousi haastatteluissa esille, sitä pyrittiin avaamaan enemmän. Osa kysymyksistä auttoi tutkijaa ymmärtämään vastaajan kokemusmaailmaa ja ajattelutapoja, eikä niiden tarkoituksena ollut suoranaisesti tutkimusongelmaan vastaaminen. Kysymysten välillä vaihdettiin paljon ajatuksia seksuaalisuudesta ylipäättään, mikä auttoi vastaajia rentoutumaan. Haastatteluaiheen herkkyys oli otettava huomioon kysymysten asettelussa ja keskustelun ilmapiirin luomisessa.

Haastattelun eettisyys

Sosiaalisessa mediassa julkaistussa haastattelukutsussa oli kuvattu tutkimuksen aihe, joten vastaajilla oli alustava tieto siitä, että kysymykset liittyvät parisuhteen seksuaaliviestintään. Haastattelujen aluksi heille kerrottiin tutkimuksen tavoitteita. Vastaajille täsmennettiin, että tutkimuksessa pyritään selvittämään, millaista seksuaaliviestintä heidän parisuhteissaan on, toisin sanoen miten he keskustelevat seksistä kumppaninsa kanssa. Vastaajien ei tarvitsisi siis kuvata seksielämäänsä tai seksiin liittyviä yksityiskohtia, vaan niitä tapoja ja tunteita, joita liittyy seksistä puhumiseen. Koska kyseessä on henkilökohtainen aihe, oli erityisen tärkeää luoda luottamuksellinen tunnelma vastaajan ja haastattelijan välille. Vastaajille kerrottiin, että mikäli jokin kysymys tuntuu liian epämukavalta, he voivat jättää vastaamatta siihen. Heillä olisi myös lupa keskeyttää haastattelu milloin tahansa tai pyytää harkinnan jälkeen, että heitä koskeva aineisto jätetään tutkimuksesta pois. Haastattelutilanteessa mukailtiin etukäteen luotua teemahaastattelurunkoa, mutta pyrittiin pitämään keskustelu mahdollisimman luonnollisena. Kysymysten järjestystä vaihdeltiin sen mukaan, miten keskusteli eteni ja vastaajille annettiin vapaus kertoa niistäkin tuntemuksista, jotka eivät suoranaisesti liittyneet kysymykseen.

Haastattelut nauhoitettiin vastaajien luvalla, sillä Tiittulan ja Ruusuvuoren (2005, 14–15) mukaan haastattelun nauhoittamisen avulla voidaan myöhemmin tarkistaa tulkintoja. Lisäksi haastattelua kuuntelemalla voidaan löytää puheesta uusia sävyjä sekä saada tarkempaa tietoa. Nauhoittamiseen käytettiin älypuhelimien sovellusta, joka mahdollisti rajattoman keston ja laadukkaan äänentallennuksen. Vastaajille luvattiin anonymiteetti ja pyydettiin lupa taustatietojen julkaisemiseen tutkimuksessa. Näihin tietoihin kuuluvat vastaajan *ikä*, *suhteen kesto*, *asuinpaikkakunta* sekä *pariskunnan asumisjärjestelyt* (asuvatko osapuolet yhdessä vai erikseen).

5.4.2 Aineiston analyysi

Aineiston purkaminen tehtiin pian jokaisen haastattelun jälkeen. Haastattelut litteroitiin sanasta sanaan nauhoitusten pohjalta. Koska kyseessä ei ollut esimerkiksi keskusteluanalyysiin liitettävä keskustelun tulkinta, ei ollut tarkoituksenmukaista kirjata ylös taukoja, huokauksia ja äänenpainoja ja naurahduksia (Hirsjärvi & Hurme 2015, 140). Ironisista kommenteista lisättiin kuitenkin huomautus litterointeihin, mikäli ne koettiin vastausten merkitysten kannalta olennaisiksi.

Litterointivaiheeseen meni odotetusti paljon aikaa, yhteensä noin 30 tuntia. Haastattelut kestivät puolesta tunnista puoleentoista tuntiin ja litterointiin kului keskimäärin kaksinkertainen aika. Kaiken kaikkiaan kymmenestä haastattelusta kertyi 90 sivua litteroitua materiaalia, rivivälillä 1,5 ja fonttikoolla 12. Seuraavassa on näyte yhdestä litteroidusta haastattelusta. Haastattelijan puhe on erotettu H-kirjaimella, kun taas vastaajan kommentit on merkitty tunnisteella V1. Haastateltavan keltainen värikoodi merkitsee sitä, että vastaus liittyy *epävarmuuden vähentämisen ja ristiriitojen* teemaan.

H: Mites onko jotain asioita joita haluaisit tietää miehesi seksuaalisuudesta tai et halua tietää?

V1: *Ei oo mitää mitä en haluis tietää. Pitää olla tyytyväinen itseensä. Itse en ole mikää puhdas pulmunen joten sit on vähä sillee et kuhan toinen löytää sen mistä tykkää. Toki haluaa tietää jos oon ihan paska mikä voi olla aika riskialtista mut kyllä mä yleensä huomaan. Haluan miellyttää joten haluun tietää mistä toinen tykkää. En mitää historiaa tiedä et ehkä kiinnostais tietää mut toisaalt mitä mä hyödyn siitä jos se on jonku kans tehny jotakin. Mut se on henkilökemioista kiinni. Riippuu tosi paljon persoonasta mitä kukaki pystyy mitenki suorittaa. Tietyissä hetkissä esim dominointi on yes mutta tässä suhteessa en halua sitä. Tulee muuten persoonan muutos väliin jos alkaa ihan tyhjästä temmata.*

Kvalitatiivisessa tutkimuksessa aineiston keruu ja analysointi tapahtuvat usein ainakin osittain samanaikaisesti, eikä niiden välillä välttämättä ole selvää eroa (Metsämuuronen 2000, 51). Aineiston käsittelyn vaiheet limittyvät toisiinsa nähden, sillä tulkintaa tapahtuu väistämättä kaikissa prosessin vaiheissa, joissa on tutkija on aineistonsa kanssa tekemisissä. Tässä tutkimuksessa tutkija keräsi aineistonsa itse haastattelumenetelmällä, joten analyysin voidaan katsoa alkaneeksi ensimmäisen haastattelun lomassa. Perusteellisesti analyysi on kuitenkin aloitettu vasta siinä vaiheessa, kun aineistoa on kuunneltu tallenteista ja se on saatettu litteroituun muotoon.

Haastatteluaineiston analyysimenetelmäksi valittiin teemoittelu, jonka avulla aineistosta voidaan nostaa esiin tutkimusongelmaa valaisevia teemoja (Eskola & Suoranta 2000, 174–175).

Onnistuakseen teemoittelu vaatii teorian ja empirian vuorovaikutusta, joka näkyy niiden lomittumisena toisiinsa tekstissä. Hirsjärven ja Hurmeen (2015, 173) mukaan teemoittelussa syntyvät teemat saattavat pohjautua teemahaastattelun teemoihin, mutta niiden rinnalle muotoutuu usein myös muita teemoja. Tässä tutkimuksessa teemat mukailivat teemahaastattelun runkoa ja siten teemoiksi rakentuivat:

1. Seksuaaliviestinnän merkitys ja tunteet
2. Suhdetyytyväisyys ja läheisyys
3. Epävarmuuden vähentäminen ja ristiriidat
4. Seksuaalinen itsestäkertominen

Litteroinnin jälkeen aineisto jaettiin teemojen mukaisesti yllä mainittuihin kategorioihin. Jokaiselle vastaajalle merkittiin tunniste (V1-V10), jotta kommentit ja vastaajat pystyttiin yhdistämään toisiinsa. Litteroitu aineisto luettiin useita kertoja läpi ja jaoteltiin asiasisällön mukaan. Eri teemoihin liittyvät vastaukset merkittiin eri värein. Lopuksi kaikki haastattelut yhdistettiin yhdeksi asiakirjaksi, jolloin sivumäärä lyheni alkuperäisestä 70 sivuun. Teemoittelun aikana myös turha toisto ja mahdolliset aiheeseen liittymättömät kommentit tiivistettiin tai poistettiin.

Kun haastatteluaineisto oli ensin jaoteltu teemojen mukaisesti, vastauksien ydin alleviivattiin ja analyysin tueksi merkittiin tukisanoja, kuten negatiiviset seksikokemukset tai fantasiat. Näin tutkijalle oli helpompaa hahmottaa vastauksien sisältöä ja vertailla niitä toisiinsa. Seuraavaksi vastaussisällöt järjestettiin tutkimuskysymyksien mukaiseen järjestykseen, jotta aineiston analyysi pystyttiin pitämään johdonmukaisena. Aineisto oli erittäin rikasta, joten analyysivaiheessa oli koko ajan keskityttävä siihen, mikä alkuperäinen tutkimusongelma oli ja mitä tutkimuksessa viime kädessä haluttiin selvittää.

6 TUTKIMUKSEN TULOKSET

Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, millaista seksuaaliviestintä on alkuvaiheen parisuhteissa. Tässä luvussa esitellään tutkimustulokset jäsenneltyinä teemojen mukaisesti. Tulokset taustoittuvat siihen tietoon, että kaikki vastaajista asuvat parisuhteissaan erillään.

6.1 Seksuaaliviestinnän vaikutus parisuhteeseen

Kaikki vastaajat kokevat seksuaaliviestinnän merkittävänä osana parisuhdettaan. Jotta voi tutustua kumppaniinsa aidosti, täytyy hänet aineiston mukaan oppia tuntemaan myös seksuaalisesti. Seksuaaliviestintään liitetään yleisesti kaikki suhteessa ilmenevä läheisyys, esimerkiksi halailu ja suutelu, eikä pelkästään seksiin johtava keskustelu. Konkreettisimpana seksuaaliviestinnän muotona nähdään kuitenkin aloitteen tekeminen, verbaalinen esileikki tai tietynlainen flirttailu. Seuraavassa vastaaja 4 kuvailee, miten seksuaaliviestintä suhteutuu hänen käsitykseensä parisuhteesta.

V4: Ensimmäinen (ajatus seksuaaliviestinnästä) on varmaankin myönteinen, et se on varsinkin nyt tämä tuore suhde, yleisestikin mut tietenkin tässä ni se on niinkun vapautunutta ja mun mielestä se on semmonen leikkisyyden lähde tavallaan ja oikeastaan ku se on yks niistä perustoista, joille se rakentuu se parisuhde niinku ei pelkkä seksi vaan seksuaalisuus ylipäänsäkkii.

Allaolevassa lainauksessa vastaaja 3 kertoo, minkälaisia tekijöitä hänen mielestään parisuhteen seksuaaliviestintään liittyy.

V3: Kyllä mä näkisin että siihen olennaisena osana kuuluu ihan avoin keskustelu: keskustellaan omista mieltymyksistä ja toisen mieltymyksistä että minkälaisista asioista toinen pitää ja tykkää: onko alkuun hellyyttä. Ylipäättään sekin et jos menee vähän laajempaan seksuaalisuuteen: mitä seksiltä halutaan ja millainen on rakkauskäsitys. Onko pehmeyttä, hellyyttä, lempeyttä vai paloa, kiihkoa. Kai siinä jollain tapaa tavoitella olisi että molemmat saa sen nautinnon. Eikä kumpikaan joudu yrittämään ylimäärästä. Mä vaan sanoisin et avoimesti keskustelemalla, tutustumalla ja kokeilemalla.

Vastauksessa käy ilmi se, kuinka seksuaaliviestinnän keskusteluun voi kuulua ylipäättään käsitysten vaihto siitä, mitä parisuhteelta halutaan tai miten kukin rakkauden käsittää. Seksiä tai

seksuaalisuutta ei siis rajata pelkästään fyysisen aktin tasolle tai eristetyksi osa-alueeksi muusta parisuhteesta.

Aineiston mukaan seksistä puhuminen koetaan erityislaatuisena suhteessa muuhun viestintään, sillä vastaajat liittävät siihen tietynlaisen mielentilan ja intiimiyden asteen. Myös läheisyys arvioidaan merkittävään rooliin ja eräs naisvastaajista kommentoi, että näkemällä toisen reaktiot ja kasvojen ilmeet, tulee keskustelutilanteessa turvallisempi olo. Osa vastaajista kertoo käyttävänsä erilaista äänensävyä puhuessaan seksistä ja keskustelun yleistunnelmaan liitetään hellyyden ja herkkyyden kaltaisia adjektiiveja. Rakentavuutta ja positiivisuutta pidetään keskeisinä, sillä esimerkiksi liian negatiivissävytteisellä arvostelulla saattaisi vastaajien mielestä olla heikentävä vaikutus läheisyyteen ja molemminpuoliseen seksuaaliseen nautintoon. Vastaaja 2 kuvaa osuvasti sitä, miten seksuaaliviestinnän henkilökohtaisuus tekee kahden ihmisen vuorovaikutuksen ainutlaatuiseksi.

V2: Se on kuitenkin niin henkilökohtainen asia mitä sä näytät ainoastaan sun kumppanille ja mitä se näyttää toivottavasti mulle. Niin tavallaan se henkilökohtaisuus tekee siitä vaikke se ois kuin luontevaa, normaalia, hauskaa ja rentoa, niin totta kai se tekee siitä arempaa joka tapauksessa kuitenkin.

Valtaosa vastaajista kokee yhtenä seksuaaliviestinnän keskeisimpinä piirteinä sen läpinäkyvyyden. Kun kumppanille kerrotaan niistä asioista, joista muiden kanssa ei välttämättä keskustella, tekee se parisuhteesta erityislaatuisen. Aineiston mukaan luottamus rakentuu ensin ihastumisen ja samankaltaisuuden tunteista, joiden myötä syntyvät halu ja uskallus avautua aroistakin asioista kumppanille. Tämän jälkeen kriittiseksi nousee kumppanin suhtautumistapa omaan herkkyyteen ja avoimuuteen. Tutkimuksen tulosten mukaan hyväksyntä herkässä paljastusvaiheessa lujittaa vahvasti luottamusta ja vaikuttaa siihen, miten vahvasti yhteiseen tulevaisuuteen uskotaan. Vastaajien mielestä on myös tärkeää, että keskinäisistä asioista ei puhuta ulkopuolisille ja, että negatiivisia asioita ei käytetä toista vastaan edes mahdollisissa konfliktitilanteissa.

Tämän tutkimuksen tulosten mukaan seksuaaliviestintään liitetään paljon tunteita. Lähes kaikki vastaajista kuvaavat, että ennen kuin jonkin seksiin liittyvän asian on uskaltanut ottaa puheeksi, se jännittää. Tunne vaihtuu kuitenkin keskustelun aikana positiiviseen huojentumiseen.

Seksuaaliviestinnän laajasta tunnekirjosta kertoo vastaajan 2 esimerkki:

V2: Kiintymystä, intohimoa, rakkautta (miten sitten käsittääkään), halua. Tän tyyppisiä hommia. Tottakai voi liittyä negatiivisia tunteita kuten pelkoa, epävarmuutta, ujoutta. Varsinkin alkuvaiheessa molemminpuolista. Oli sitten keskustelua tai tekemistä niin samanlaisia juttuja niihin liittyy.

Innostuneisuutta, miten nyt sen sanois, onhan seksi sellainen asia mistä helposti pystyy innostumaan, jos on molemmat sopivassa mielentilassa. Tietyllä tavalla taantuu lapsen tasolle ja saattaa herättää sellaisia tunteita ja miellelyhtymiä mitä harva muu asia laukaisee.

Aineiston mukaan sukupuolierot eivät välttämättä selitä sitä, millaisia merkityksiä seksuaaliviestinnälle annetaan. Voidaan olettaa, että kyse on enemmänkin persoonallisuuspiirteistä, sillä miehet saattavat liittää jopa vahvemmin herkkyyden kaltaisia tunteita seksistä puhumiseen. Alla olevassa lainauksessa miesvastaaja 6 kuvaa, millaista seksistä puhuminen hänelle on.

V6: Se on paljon läheisempää ja on eri fiilis puhua seksistä ku muusta: tosi hyvä ja läheinen. Semmoinen lämminhenkinen tunnelma. Mä oon ehkä vähän herkempi ja tykkään herkistellä tyttöystävän mielestä liikaakin, kun puhutaan seksistä. Muuten oon suora ja jämäkkä.

Kaikki kymmenen vastaajaa arvioivat olevansa tyytyväinen siihen seksuaaliviestinnän määrään, jota he kumppaninsa kanssa harjoittavat. Kuusi vastaajista arvioi puhuvansa seksistä parisuhteessaan päivittäin, kun taas neljä arvioi keskustelun tapahtuvan karkeasti viikoittain. Määrään vaikuttaa se, kuinka paljon kumppanin kanssa ylipäättään vietetään aikaa. Tärkeimpänä teemana koetaan seksuaaliviestinnän avoimuus ja tietoisuus siitä, että itseä vaivaavista asioista on lupa puhua, mikäli siltä tuntuu. Kolme vastaajista arvelee, että jos seksuaaliviestinnän määrä ylittäisi nykyisen, voisi seksuaalisuudesta tulla ylikorostunutta ja se voisi negatiivisessa mielessä kyllästyä suhteen. Tietynlainen spontaanisuus ja salaperäisyys nähdään tavoitetilana, jonka myötä pitkässäkin suhteessa olisi mahdollista säilyttää riittävä jännitys.

6.2 Suhdetyytyväisyys

Kaikki vastaajat arvioivat olevansa tyytyväisiä parisuhteeseensa. Suhdetyytyväisyys nähdään yleisesti ottaen parisuhteen tilana, jossa on mahdollisimman vähän ongelmia tai kalvavia, negatiivisia tunteita. Määritelmä kuvastaakin sitä, että vastaajien on vaikeampi nimetä niitä asioita, joihin he ovat tyytyväisiä kuin puolestaan niitä, jotka aiheuttaisivat tyytymättömyyttä. Negatiivisia tekijöitä ovat aineiston mukaan seksielämän ongelmat ja etenkin kykenemättömyys keskustella niistä. Lisäksi mustasukkaisuus ja luottamuksen puute nousevat keskeisiksi teemoiksi.

Aineiston mukaan seksuaaliviestinnällä on merkittävä vaikutus parisuhteeseen ja siihen, kuinka korkea molemminpuolinen tyytyväisyyden aste on. Seksistä puhuminen nähdään luottamusta ja läheisyyttä lisäävänä, erityislaatuksena tekijänä, jonka on mahdollista yhdistää kaksi ihmistä. Seksuaaliviestinnällä koetaan olevan suhdetyytyväisyyttä ajatellen kahdenlaista vaikutusta.

Toisaalta avoimuus ja keskusteluyhteys lisäävät luottamusta, jonka kautta suhteenkin koetaan vahvistuvan. Toisaalta seksuaaliviestinnän nähdään parantavan seksielämän laatua, joka heijastuu yleiseen tyytyväisyyteen parisuhteessa. Seuraavassa lainauksessa vastaaja 2 kertoo siitä, millaista seksuaaliviestintä hänen mielestään on ja miten se vaikuttaa läheisyyteen parisuhteessa.

V2: Hyvää (seksuaaliviestinnässä) on se, että lieventää ennakkokäsityksiä ja ujoutta ja arkuutta ja jännitystä ja negatiivisia tunteita ja ajatuksia. Pääsee lähemmäksi kumppania ja tollasten asioiden jakaminen keskustelemalla, se tekee tietyllä tapaa minusta erityisen koska uskon että kumppani ei näitä muille jaa. Lähentää toisia ja vaikka siis tavallaan pelkästä keskustelusta kyse niin silti lähentää.

Vastaaja 4 kuvaa puolestaan, kuinka seksuaaliviestintä ei heijastu ainoastaan parisuhteeseen.

V4: Säteilee tyytyväisyys muillekin elämänalueille ja vaikuttaa myös miten tyydyttävänä kokee sen henkisesti ja miten kokee itensä.

Aineiston mukaan suhdetyytyväisyyteen liitetäänkin vahvasti riittävä mielekkyys oman elämän suhteen. Odotukset parisuhteelta ovat verrattain arkisia – tärkeämmäksi nousee yhdessä tekeminen, esimerkiksi kaupassakäynti tai ruoanlaitto. Vastaaja 4 tuo hyvin esille kommentissaan, mitkä muut tekijät saattavat vaikuttaa positiivisesti suhdekokemukseen:

V4: (Suhdetyytyväisyyttä on) et on kipinää ja tämmöstä et on kujeileva, koko ajan pieni jäynä päällä: eikä aina seksiin liittyvä. Pilke silmäkulmassa ja et seksuaalisuus on avointa. Eniten tyytyväisyyttä laskis pitkä riita joka vaivaa ja hiertää. En kauheen hyvin kestä pitkäaikaista negatiivisuutta : jotain mikä kalvaa.

Suhdetyytyväisyyttä määritellessä vastaajat eivät lähtökohtaisesti liitä kumppaninsa henkilökohtaisia ominaisuuksia tai luonteenpiirteitä osaksi vastaustaan. Painoarvo on enemmänkin sillä, miten erilaisetkin lähtökohdat saadaan sovitettua yhteen ja miten esimerkiksi ajankäyttö arjessa toteutuu. Vastajat kokevat tärkeänä riittävän itsenäisyyden ja mahdollisuuden omaan aikaan. Onnistunut yksityiselämän yhdistäminen suhteessa kumppanin kanssa vietettyyn aikaan on aineiston mukaan yksi suhdetyytyväisyyden keskeisimmistä tekijöistä. Seksuaaliviestinnän nähdään edistävän vahvasti suhdetyytyväisyyttä, mutta odotukset sen suhteen ovat aineiston mukaan suhteellisen realistisia. Useimmille vastaajista riittää, jos seksistä ylipäättään on lupa puhua kumppanin kanssa. Aikaisemmissa suhteissa tämä ei välttämättä ole ollut itsestänselvyyys.

6.2.1 Seksuaalinen tyytyväisyys

Kaikki vastaajat arvioivat olevansa tyytyväisiä seksuaaliseen kanssakäymiseen kumppaninsa kanssa. Seksuaaliseen nautintoon vastaajat liittävät seksuaaliviestinnän vaikutuksen vahvasti. Ensinnäkin molemminpuolinen tietämys toisen seksuaalisista mieltymyksistä nähdään helpottavan seksiä suorituksen tasolla: on helpompaa miellyttää toista, kun tietää mistä hän nauttii ja mistä toisaalta ei. Toiseksi seksuaaliviestinnän avoimuus nähdään rentoutta lisäävänä tekijänä, minkä taas koetaan lisäävän seksuaalista nautintoa. Vastaaja 1 ja 4 kuvaavat seuraavissa esimerkeissä sitä, miten seksistä puhuminen vaikuttaa tyytyväisyyteen seksin harrastamisen tasolla.

V1: Kyl et just se vapautuminen ja näkee et toinen nauttii siit eikä tuu syyllinen fiilis vaikken mä saa. Yhtä tärkeä et kumpiki nauttii ja mul on silti kivaa vaik en aina saakaan orgasmia. En mä sano suoraan mut vihjailevasti et mitä sen pitää tehdä. "Kokeile, mä oon nainen ja mul on oikeus muuttaa mielipidettä". Jos mä sanon jotain liian täsmällisesti, tod näk se tulee tekee niin seuraavat kymmenen vuotta, en mä sitä halua. Mä haluan semmosen et tänää tällästä ja huomen erilaista.

V4: Sillee et on vapautunu ja uskaltaa siinä hetkessä sanoo et en nyt pystykään tai tee toi toisella tavalla: siinä ei turhaudu tilanteessa vaan sanoo että hei hiljempää tai kovempaa. Toinenkaa ei ota loukkauksena.

Tämän tutkimus osoittaa, että erityisesti suhteen alussa negatiivisista seksikokemuksista on vaikea puhua. Näitä voivat aineiston mukaan olla esimerkiksi niin sanotut huonot päivät, kun seksi ei vaan luista. Lisäksi epämiellyttävät asentokokeilut tai hetkelliset erektio-ongelmat saattavat olla kiusallisia puheenaiheita ja etenkin seksin aikana niistä ei aina pystytä keskustelemaan.

V8: Sillon aluks on semmonen ku ei voi suoraan töksäyttää et sä teit väärin. Täytyy muotoilla asia rakentavammin, esim. että tehtäiskö mieluummin näin. Kyl siin on vähä sellanen pieni huoli et miten sen ilmasee mut sit taas sellanen jälkipuinti voi olla aika avointa.

Suhteen edetessä tämä kuitenkin helpottuu ja vastaajat kokevat pystyvänsä paremmin jo seksin aikana kertomaan kumppanille, mikä tuntuu hyvältä ja mikä ei. Seksuaalisen tyytyväisyyden nähdäänkin lisääntyvän, kun seksuaaliviestintä etenee avoimelle tasolle.

6.2.2 Läheisyys

Aineiston mukaan seksistä puhuminen lisää luottamusta kumppanien välillä, mikä taas lisää läheisyyden määrää suhteessa. Vastaajat nostavat läheisyydessä esiin sekä emotionaalisen että fyysisen läheisyyden aspektit. Emotionaalinen läheisyys saa kuitenkin selkeästi enemmän painoarvoa keskustelussa. Eräs naisvastaajista erottelee myös tietynlaisen kiltin läheisyyden omakseen seksuaalisesta läheisyydestä. Vastaajat 1 ja 4 kuvaavat erilaisin esimerkein, kuinka läheisyys on parhaimmillaan arkista läsnäoloa.

V1: Päivittäinen huomiointi, huomenta ja hyvää yötä.

Se että ylipäättään huomioi toisen ilman somen käyttöä, kun ollaan kahdestaan niin ollaan kahdestaan.

V4: Fyysistä mutta myös on sanaton ymmärrys, voi vaikka istua sohvalla vierekkäin ja pelata Candy Crashia: piereskellä yhdessä. Tehdä asioita yhdessä joita ei tekis muiden kanssa, on tosi läheistä. Voi vaan olla ja saa olla oma itsensä. Tai voi tempautua keskusteluun mistä aiheesta vaan ja voi keskustella ilman tunteita niin et toinen alkais ärsyttää. Keskustelu keskusteluna. Ei tarvi koko ajan kyhnyttää kylki kyljessä.

Aineistosta selviää, että läheisyys saattaa olla joskus seksuaalista nautintoa tärkeämpää. Alla olevassa lainauksessa vastaaja 1 kuvaa, kuinka orgasmin ei tarvitse aina olla tavoitettuna.

V1: Ja sit mä oon ihan rehellisesti persoona, joka on todennu suoraan hänelle et eräänki keikan jälkeen et hei jos mä haluan niinku että mä pääsen taivasiin niin kyl mä hoidan sen sit ihan itse. Mä en oleta sitä joka kerta siltä toiselta et tavallaan tunnen itseni niin hyvin että mun on paljon helpompaa tehdä se itse. Siin kohtaa ilme oli kyllä ihan näkemisen arvonen, kun mä totesin tässä ekan kerran sen jälkeen et "Oliks sä taas suihkussa?". "Olin." Niinku semmonen et ei se haittaa mua. Nauttii enemmän siitä läheisyydestä siinä kohtaa kun siitä lopputuloksesta.

Erillään asumisen kulmakivinä pidetään sitä, että läheisyyden tunne säilyy silloinkin kun toinen ei ole fyysisesti läsnä tai istutaan samassa huoneessa puhumatta. Myös esimerkiksi ulkomaanmatkojen aikana on tärkeää pitää yllä keskusteluyhteyttä. Seksuaalinen viestintä on tällöin erilaista, mutta kyseessä voivat olla kännykällä lähetetyt pienet vihjailut tai kiusoittelut. Emotionaalinen läheisyys merkitsee vastaajille ensisijaisesti yhteenkuuluvaisuuden tunnetta ja varmuutta siitä, että pysyy toisen ajatuksissa erillään ollessakin. Vastaaja 9 konkretisoi tätä puheenvuorossaan:

V9: Se on varmaan läheisyyttä parhaimmillaan, kun ei tarvi puhua ja tietää et toinen silti aattelee. Tai ku ei välttämättä vietetä kaikkia öitä yhdessä ku kuitenkin asutaan erillään, niin ei tarvi miettiä et onkohan se unohtanu mut. Varmaan liittyy myös semmonen varmuus tulevasta et tietää et molemmat haluaa olla yhdessä jatkossakin. Just täysin eri ku jossain yhden illan jutuissa tai tapailukeisseissä missä sit taas se läheisyys on vaan fyysistä sillan ku ollaan yhdessä ja muuten ei oo mitää.

6.3 Epävarmuuden vähentäminen

Valtaosa vastaajista kommentoi, että seksuaaliviestintä on ollut suhteen alussa kiusallista, mutta siitä on tullut rennompaa keskimäärin kahden ensimmäisen kuukauden aikana. Seksuaaliviestinnän vaikutukset näyttäytyvät aineistossa kauttaaltaan positiivisina, sillä negatiivisia vaikutuksia ei raportoida. Lyhytaikaista pettymyksen tunnetta saattaa ilmetä, jos oma seksialoite tulee torjutuksi, mutta varsinaisista konflikteista ei voida puhua.

Epävarmuutta pyritään vähentämään sopivalla avoimuuden tasolla ja asteittaisella tiedon jakamisella. Aineiston mukaan on tärkeää lisätä tiedon määrää pikku hiljaa, niin että on mahdollista tunnustella toisen reaktioita ja tietynlaista sietokykyä. Ei ole suhteen kannalta rakentavaa paljastaa kaikkea itsestään seksuaalisesti kerralla ja vastaajien mukaan täytyy olla lisäksi varmuutta siitä, kuinka paljon kumppani on halukas kuulemaan. Vastaaja 4 kertoo seuraavassa, millaisia epävarmuuden tunteita seksuaalisuuteen voi liittyä ja miten se vaikuttaa, jos niistä ei kyetä viestimään parisuhteessa.

V4: Totta kai meillä on ollu myös epävarmuuksia, kun ei tunne niin hyvin: kelpaako mun vartalo tai sen osat. Epävarmuudet on tullu ensin esiin oman turhautumisen kautta, koska ei oo osannu puhua semmosesta asiasta. Ei ookaan halunnu näyttää sitä et on epävarma. Mut sit ku on tullu puheeks, on edenny siihen pisteeseen ettei oo tabuja et voi kaiken sanoo ääneen. Jos epävarmuudesta ei puhunu, se heijastu mielialaan.

Aineiston mukaan entisistä kumppaneista sekä aiemmasta seksielämästä puhutaan suhteen alusta lähtien. Erityisesti vastaajat haluavat tietää, kuinka kokenut seurustelukumppani on ja minkälaista seksi yleisesti ottaen on aiemmissa suhteissa tai yhdenillanjutuissa ollut. Keskeisintä on muodostaa käsitys siitä, minkälaiseen seksuaalisuuden tasoon kumppani on tottunut. Tämä liittyy seksin harrastamisen määrään ylipäättään sekä esimerkiksi oraalisekin määrän suhteen. Aihe koetaan kuitenkin hieman ristiriitaiseksi, koska saattaa olla vaikea kuulla, jos seksuaalinen aktiivisuus poikkeaa kovasti omasta. Vastaajat kommentoivat, että on tärkeää oppia tuntemaan toinen aidosti ja tietää myös historiasta, jotta voidaan säätää molempia tyydyttävät pelisäännöt parisuhteeseen. Vastauksissa painottuu aito halu toisen miellyttämiseen ja toisaalta, oman mielihyvän saamiseen sekä seksuaalisesti että muuten parisuhteen tyytyväisyyden tasolla. Kaikki vastaajat olivat yhtä mieltä siitä, että on jokaisen henkilökohtainen asia, kuinka paljon haluaa paljastaa itsestään seksuaalisesti. Mikäli kumppani ei halua kertoa menneisyydestään lainkaan, se saattaa kuitenkin vähentää luottamusta ja lisätä epävarmuutta. Avautuminen henkilökohtaisista asioista nähdään keskinäistä sidettä vahvistavana tekijänä.

Vaikka seksuaalisen historian suhteen halutaan pääosin ylläpitää riittävää avoimuutta, yksityiskohtien jakamista ei nähdä kuitenkaan toivottavina. Vastaajien mukaan ne eivät yksinkertaisesti hyödytä nykyistä suhdetta millään tavalla ja erityisesti ei ole tarpeen kertoa, että kenen kanssa mitään asiaa on harrastettu. Tämä voi herättää mustasukkaisuuden tunteita ja aiheuttaa tietynlaisen kilpailuasetelman. Vastaajien mukaan on helpompi kuulla huonoja kokemuksia kuin hehkutuksia. Vastaaja 6 kertoo, mitä asioita hän ei halua kuulla kumppaninsa seksuaalisuudesta:

V6: Ehkä just eksät tai vanha seksielämä: tai varsinki jos joku olis parempi kuin minä.

6.4 Seksuaalinen itsestäkertominen

Eniten seksuaaliviestinnän teeman alla vastaajat ilmoittavat keskustelelevansa seksuaalisista mieltymyksistä – se on usein myös aihe, josta aletaan keskustella luonnollisesti sen myötä, kun seksuaalinen kanssakäyminen tulee mukaan parisuhteeseen. Kaikki vastaajista suhtautuvat tietoon helpottavana tekijä: ei tarvitse arvailla mistä toinen pitää. Suurin jännitys laukeaa, kun kumppanille voi puhua suoraan. Vastaaja 8 kuvaa mieltymysten jakamisen tärkeyttä:

V8: Ihan samanlailla ku kerrotaan millasest ruoast tykkää. En mä viitti tehä toiselle pahaa ruokaakaan. Kylhä mäki saan nautintoo ku toinen nauttii.

Samanaikaisesti osa vastaajista kommentoi, että kaikesta ei kuitenkaan tarvitse puhua, vaan on mielenkiintoisempaa, kun kumppanin keholliset reaktiot oppii tuntemaan ajan kanssa. Vastaaja 2 kiteyttää osuvasti:

V2: Kivakin ettei sulle lyödä listaa siitä mistä toinen tykkää ja mistä ei miten se käyttäytyy, kun sille tekee tiettyjä asioita. Vaan se että hei, kokeilemalla oppii ja pysyy mielenkiinto.

Vastaaja 7 puolestaan kuvaa yksityiskohtaisesti, kuinka joitakin puheenaiheita tulee välteltä, koska ei tiedä miten toinen osaa niihin suhtautua. Tämä on tyypillistä erityisesti suhteen alkuvaiheessa, mutta helpottuu merkittävästi suhteen syventyessä.

V7: Vaikeimpia on perusjutut jos vaik alkuaikoina tuli pissatulehduksia niin niistä esimerkiksi. Ja hygieniajatut et jos on vaik tullu just töistä eikä oo ehtiny käydä suihkussa. Menkoista puhuminen alkuun jos toinen vaik alko yrittää jotain ja ei ois halunnu suoraan sanoa. Nyt se on helpottunut, juttelu on niin paljon vapaampaa. Alkuun oli kans sellanen ku toinen halus usein puhua ja viestiä seksistä niin mä muistan et joskus ärtyi siitä.

Joskus tietoa on tarpeellista suodattaa. Vastaaja 1 pohtii seuraavassa lainauksessa, miksi hän ei välttämättä ole valmis paljastamaan kumppanilleen kaikkea seksuaalisesta menneisyydestään:

V1: No mä oon yrittäny jo sanoo et mä oon eläny. On varmaan aika paljon siitä tajunnu mut kylhän siin tietysti tulee itelleki sellanen tunne et ei se varsinaisesti arvoo nosta et sä oot käyny testaamassa siinä koko pitäjän. Liittyy siihen et oon nainen ja lisäksi se tuntee osan niistä kumppaneista, ja osa ihmisist on naimisissa. Keskinäinen sopimus et nää ei päädy kolmansien osapuolien korviin.

Seksuaaliset fantasiat

Fantasioista kertomisen suhteen aineisto näyttäytyy hajanaisimpana. Osalle vastaajista heidän fantasiansa ovat viljelejä unelmia, joita he eivät välttämättä edes haluaisi toteuttaa. Toisaalta ne voivat olla jotakin sellaista, mitä voisi tehdä parisuhteen ulkopuolella, mutta ei oman kumppanin kanssa. Tämän vuoksi fantasioista ei ole tarkoituksenmukaista keskustella, sillä kumppani saattaisi saada ei-toivottuja paineita tai vääränlaisia mielikuvia haluista. Vastaajan 10 kommentissa korostuukin se, että seksuaaliset mieltymykset riippuvat paljon siitä henkilöstä, joiden kanssa seksiä harrastetaan.

V10: En oo kertonu kaikkii fantasioita koska jotenki en koe että ne kuuluu millään tavalla meiän parisuhteeseen. Ne on semmosia juttuja mitä ois kiva tehdä toisen tyyppisen ihmisen kanssa, mutta ei jotenki tämmöses suhteessa missä on läheisyyttä ja tunteet ja sellasta. En tarkota siis että mulla ois mikään tarve pettää mutta mun poikaystävän kanssa meillä on just sellainen seksielämä kuin meille sopii. Sit taas jonku toisen kanssa se on erilaista ja sit voi sopia paremmin eri fantasiatkin. Vähän niinku et ei kaikkien kaa voi tehdä samoi harrastuksiakaa. Ja se on ihan ok joten ois tyhmä sit ylipäätään vaivata toisen päätä.

Osa vastaajista arvioi olevansa seksuaalisesti aktiivisempi ja kokeneempi kuin kumppaninsa. Tällöin nousee aineiston mukaan tärkeäksi se, ettei toista painosteta liikaa fantasioilla, sillä tämä voi vähentää hänen yleistä halukkuuttaan seksiin. Seksuaalisten mieltymyksen kertomisen suhteen vaiheittainen paljastaminen nähdään toimivana strategiana. Mikäli tuntuu, että kumppani on vastaanottavainen ja reagoi positiivisesti, voi itsestään varovaisesti paljastaa lisää. Aineiston perusteella voidaan sanoa, että kyseessä ei niinkään ole oman haavoittuvaisuuden puolustaminen, vaan toisen osapuolen tunteita halutaan säästää. Toisin sanoen suhteen hyötyajattelu nousee tulosten pohjalta tärkeämmäksi strategiamalliksi kuin omien kasvojen säästäminen sen suhteen, mitä kumppanin kanssa halutaan jaksaa. Vastaajat kertovat, että kumppani saattaisi saada paineita ja lievää ahdistusta, jos kaikki fantasiat kerrottaisiin saman tien. Aineiston mukaan fantasiat eivät ole suurimmalle osalle merkittävä osa seksielämää, vaan toimivat lähinnä piristävänä lisänä.

Osa vastaajista kuitenkin kokee, että seksuaalisten fantasioiden jakaminen ylläpitää parisuhdetta merkittävällä tavalla – uusien asioiden kokeminen yhdessä lähentää ja rakentaa näin luottamusta myös muilla parisuhteen osa-alueilla. Näiden vastaajien mukaan on mielekästä puhua niistäkin fantasioista, joiden toteuttaminen ei välttämättä voi olla realistista. Pelkäämättä asiasta puhuminen saattaa olla seksuaalisesti stimuloivaa ja riittää näin lisäämään mielihyvää esimerkiksi esileikin tasolla. Lisäksi arkaluontoisten asioiden jakaminen kertoo vastaajille kumppanin sitoutuneisuudesta.

Joukossa on muutama poikkeus, joka arvioi olevansa valmis kuulemaan niin paljon menneisyydestä kuin toinen on halukas kertomaan. Heidän mielestään riittävä itsevarmuus on avain siihen, ettei menneisyys aiheuta mustasukkaisuutta. Kaikki vastaajat ovat kuitenkin yhtä mieltä siitä, että liika tieto ei välttämättä hyödytä nykyistä suhdetta, vaan saattaa tahattomasti loukata itseä tai kumppania. Vastaaja 7 kommentoi, että yhden illan jutusta kuuleminen ei kirpaise yhtä paljon kuin esimerkiksi pitkästä suhteesta kuuleminen.

V7: Ehkä mullakin on lähinnä toi kun toisella on pitkä suhde takana, niin ne on sellasia mistä ei halua kuulla. Yhden illan jutut ei tunnu niin pahalta. Mut just tämmönen monen vuoden suhde on semmonen mistä ei halua sen enempää, vaikka vähän piruillaan joskus et ”oliks teil tällästä eksän kanssa”, mut se vähän ärsyttää. Ja tuntuu ehkä et he on päässy pidemmälle ku he on ollu useemman vuoden yhdessä ku me. Ne on päässy syvemmälle tasolle henkisesti niin onkohan myös seksin tasolla. En ehkä halua tietää.

Seksuaaliviestinnän muutokset

Valtaosa vastaajista on aloittanut seksistä puhumisen suunnilleen niihin aikoihin, kun seksiä on ensimmäisen kerran harrastettu. Keskimäärin ajankohta sijoittuu neljään yhdessäoloviikkoon.

Vastaaja 1 kertoo siitä, miltä tuntuu ottaa seksi ensimmäistä kertaa puheeksi parisuhteessa:

V1: Joko ekan kerran jälkeen vai seuraavalla kerralla. Puhuminen oli semmonen et mitenköhän se toinen reagoi, katotaan mitä tästä tulee. mulle on itelle vaikeeta olla sillee ettei voi puhuu. Mietin aika paljon et miten se toinen suhtautuu ja mikä on huumorintaju. Intiimiosuus on aina vähän sillee et kaikkien huumorintaju ei riitä siihen asti. Olin vähä ite kiusaantunu mut myös toisen puolesta. Tuun tylsistyy jos linja jatkuu samalla tavalla kunnes oli pakko avata sanainen arkku. Sit toinenki rentoutui eikä rupee tekee mitää suorituspainetta itelle. Oli aika ratkaiseva hetki.

Aineiston mukaan seksuaaliviestintä arkistuu nopeasti suhteen edetessä. Alkuun puhumiseen liittyy vahva jännite ja kaikki kanssakäyminen saattaa olla esileikin kaltaista kiusoittelua. Seksistä puhuminen on intohimoista ja kokeilunhaluista. Tutkimuksen tulokset kertovat, että jo muutaman seurusteluukauden jälkeen seksistä puhuminen saa kuitenkin uuden sävyn: viestinnästä tulee suorempaa ja kielelliset ilmaukset arkistuvat. Vastaaja 7 kuvaa vastauksessaan tämänkaltaista muutosta:

V7: Puhutaan elimistä niiden oikeilla nimillä: ei oo välttämättä enää niin korrektia että ”nyt haluaisin harrastaa seksiä” vaan voi ilmaista ronskimminkin ja häpeilemättä. Alkuun oli tosi jännittävää ja kutkuttavaa ja muutenki suurin osa ajasta meni joko seksin harrastamiseen tai siitä puhumiseen.

6.4 Tulosten yhteenveto

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, millaista seksuaaliviestintä on parisuhteiden alkuvaiheessa. Aineistosta ilmeni, että seksuaaliviestintä nähdään vahvasti läheisyyttä ja suhdetyytyväisyyttä lisäävänä tekijänä. Seksuaaliviestinnän koetaan lisäävän hetkellisesti epävarmuutta, kun seksiin liittyvät aiheet otetaan ensimmäistä kertaa puheeksi. Noin kahden kuukauden seurustelun jälkeen epävarmuuden arvioidaan kuitenkin merkittävästi vähentyvän, mikä edesauttaa keskinäisen luottamuksen rakentumista. Seksuaaliviestinnän vaikutukset nähdään merkittävässä määrin positiivisina ja konflikteja aiheen tiimoilta ei raportoida. Erot seksuaalisuuden halukkuuden välillä saattavat synnyttää ärtyneisyyttä, mutta toisaalta aiheesta keskusteleminen nähdään nimenomaan ratkaisuna asiaan. Entisiin kumppaneihin liittyvät puheenaiheet arvioidaan ristiriitaisiksi, sillä uteliaisuus ja mahdollinen ei-toivotun tiedon selviäminen kamppailevat mielessä.

7 POHDINTA

7.1 Keskeisimmät tulokset ja johtopäätökset

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, miten alkuvaiheen parisuhteissa keskustellaan seksistä. Haastattelumenetelmällä pyrittiin lisäämään ymmärrystä siitä, miksi tiettyjä viestintämalleja käytetään ja miten ne vaikuttavat parisuhteen laatuun esimerkiksi suhdetyytyväisyyden tasolla. Seuraavaksi tarkastellaan tutkimuksen keskeisimpiä tuloksia aiemman kirjallisuuden valossa. Kappaleen alaotsakkeet vastaavat kronologisessa järjestyksessä tutkimuskysymyksiin.

7.1.1 Puheenaiheiden valikoituminen

Tutkimuksen ensimmäinen tutkimuskysymys oli "Mistä seksiin liittyvistä asioista kumppanin kanssa puhutaan / mitä aiheita vältellään?".

Cupachin ja Mettsin (1991) mukaan seksuaalisten mieltymysten jakaminen voi toimia informaatiovälineenä ja sitä kautta lisätä seksuaalista nautintoa. Aineisto mukailee aiempaa tutkimusta, sillä yleisimmäksi seksiin liittyväksi puheenaiheeksi nousee mieltymysten jakaminen. Kun tietää mistä toinen pitää, on häntä helpompi miellyttää, ja päinvastoin.

Tutkimuksen tulosten perusteella pariskunnat puhuvat seksistä hyvin avoimesti, kunhan alun korkeimmasta epävarmuudesta päästään eroon. Villeimmistä seksifantasioista sekä yksityiskohtaisista aiemmista seksikokemuksista ei usein kerrota kumppanille, koska niiden ei ajatella hyödyttävän nykyistä suhdetta. Valtaosa vastaajista kuitenkin raportoi, että suostuu kyllä kertomaan, mikäli kumppani haluaa tietää. Suhteen hyötyajattelu voidaan täten nähdä keskiössä tiedon jakamisen suhteen. Olennaista onkin, että omia tunteita ajatellaan seksuaaliviestinnän suhteen vähemmän kuin toisen. Tutkimuksen pohjalta voidaan päätellä, että toisen osapuolen huomioiminen näyttäytyy merkittävämpänä kuin esimerkiksi omien kasvojen säästäminen.

Gablen (2006) mukaan vaikeita puheenaiheita saatetaan vältellä, sillä niiden pelätään synnyttävän negatiivisia seurauksia parisuhteessa. Välttelysuuntautuneisuudella pyritään ajautumaan kauemmas

ei-halutuista lopputulemista, kuten torjuminen tai konflikti. Aineiston mukaan vaikeimmiksi puheenaiheiksi arvioidaankin haluttomuuden ilmaiseminen tai keskustelun avaus negatiivisista seksituntemuksista. Vastaajat kokevat, että kumppanin torjuminen saattaa loukata hänen tunteitaan ja aiheuttaa näin etääntymistä parisuhteessa. Suhteen edetessä pelko tästä vähenee, sillä keskinäinen luottamus on ehtinyt rakentua riittävän vahvaksi. Tutkimuksen tulosten mukaan voidaankin olettaa, että puheenaiheiden välttely on strategiana käytetympi nimenomaan parin ensimmäisen kuukauden aikana. Tämän jälkeen avoimuus näyttäytyy rakentavampana keinona.

7.1.2 Seksuaaliviestinnän vaikutus parisuhteeseen

Toisella tutkimuskysymyksellä selvitettiin sitä, miten seksistä puhumisen koetaan vaikuttavan parisuhteeseen.

Aiemman tutkimuksen mukaan seksuaaliviestinnän pohjalle muodostuvat parisuhteen seksuaaliset mallit, joita seuraamalla osapuolet pystyvät päättämään, mikä on hyväksyttävää tai ei-hyväksyttävää käytöstä (Cupach & Metts 1989). Tämän tutkimuksen tulokset tukevat kyseistä teoriaa, sillä seksistä puhuminen nähdään kokonaisvaltaisena kumppaniin tutustumisena. Sen myötä on mahdollisuus selvittää kumppanin seksuaaliset mieltymykset, rakkauskäsitys ja muut parisuhteeseen liitettävät odotukset ja tarpeet. Esimerkiksi Liun (2012) mukaan seksuaalikäyttäytymiseen vaikuttaa elinympäristön laajempi sosiaalinen ja kulttuurinen konteksti. Lisäksi aiemmissa parisuhteissa tai kotona opitut toiminta- ja viestintämallit ovat asioita, joista täytyy parisuhteissa luoda molempia osapuolia tyydyttävä kompromissi. Tämän tutkimuksen aineistosta selviääkin, että seksuaaliviestintä ei merkitse ainoastaan makuuhuoneen sääntöjen laatimista vaan yleisesti ottaen parisuhteeseen liittyvää viestintää ja yhdessäolon laatua. Yksilön näkökulmasta seksuaaliviestintä vaikuttaa henkilökohtaiseen tyytyväisyyteen ja siihen identiteettikäsitykseen, joka itseen liitetään. Siinä missä parisuhteessa on vaikea vetää rajaa seksuaaliviestinnän ja muun viestinnän välille, myös yksilöidentiteetti ja seksuaali-identiteetti nivoutuvat yhteen ja rakentavat vuorovaikutuksessa toisiaan.

Tutkimustulosten mukaan seksuaaliviestinnän avoimuus lisää suhdetyytyväisyyttä. Aiemmassa tutkimuksessa on hyvin löyhästi määritelty, mitä suhdetyytyväisyys merkitsee, sillä se voidaan luokitella hyvin subjektiiviseksi käsitykseksi. Tämän tutkimuksen mukaan osaksi suhdetyytyväisyyttä liitetään ensisijaisesti tyytyväisyys itseen ja omaan elämään. Parisuhdetta ei

nähdä onnellisuuden rakentajana, vaan ensin oman henkilökohtaisen elämän tulee olla tasapainoista ja mielekästä. On mielenkiintoista pohtia, kuinka paljon 2010- luvun parisuhdekäsitys ja kulttuuri ylipäänsä vaikuttavat vastaajien näkemykseen siitä, millainen ideaali parisuhde on tai mitkä tekijät vaikuttavat aktiivisimmin sen onnistumiseen. Tietynlainen individualismin vahvistuminen saattaa näkyä hyvälaatuisena itsekkyytenä: parisuhteessa halutaan olla toisen ihmisen takia, eikä niinkään kulttuurin sanomien ”pakotteiden” seurauksena. Tämän tutkimuksen tulosten mukaan suhdetyytyväisyys merkitsee negatiivisten asioiden puutetta parisuhteessa, joita voivat olla esimerkiksi toimimaton seksielämä, luottamuksen puute tai viestinnän vähäisyys.

Parisuhdeodotukset ovat myös todennäköisesti verrattain erilaiset alkuvaiheen parisuhteissa, joissa ei vielä asuta yhdessä eikä arkea määritä näin yhteinen materia tai lapset. Olisi mielenkiintoista tutkia, millaisia odotuksia samat pariskunnat liittävät suhteeseensa esimerkiksi kymmenen vuoden päästä.

Aiemmassa tutkimuksessa esiintyy osittain ristiriitaista aineistoa sen suhteen, lisääkö seksuaaliviestintä enemmän epävarmuutta vai läheisyyttä (esim. Yoo 2013). Tämän tutkimuksen pohjalta voidaan sanoa, että riittävä seksuaaliviestintä on epävarmuutta voimakkaimmin vähentävä tekijä ja lisää sitä myöten vahvasti myös läheisyyttä. Kuten alla olevassa kaaviossa (3) esitetään, suhteen rakentuminen alkaa tilanteesta, jossa epävarmuus on yksi vahvimista määrittäjistä. Seksistä puhuminen nousee ratkaisevaksi tekijäksi siinä, kuinka tehokkaasti kiusallisuuden ja häpeän kaltaisia tunteita kyetään vähentämään. Seksuaaliviestintä on näin ollen kanava, joka joko mahdollistaa luottamusten syntymisen tai päinvastaisesti heikentää sitä. Luottamus puolestaan kehittää positiivisesti suhde- ja seksuaalista tyytyväisyyttä.

KAAVIO 3. Seksuaaliviestinnän vaikutus parisuhteeseen.



Tämän tutkimuksen tulokset tukevat täten aiempaa löydöstä siitä, että runsas seksuaalinen itsestäkertominen voidaan liittää korkeampaan suhdetyytyväisyyteen ja sitä kautta korkeampaan seksuaaliseen tyytyväisyyteen (esim. Meeks, Hendrick & Hendrick 1998).

Cupachin ja Mettsin (1989) mukaan naisten käsitys parisuhteen seksuaalisuudesta korostaa enemmän emotionaalisuutta, kun taas miehillä fyysisyyden aspekti on merkityksellisempää. Tämän tutkimuksen aineisto esittää kuitenkin, että kyse on enemmän yksilö- kuin sukupuolieroista. Osa miesvastaajista korostaa seksuaalisuuden tunnepuolta jopa naisia enemmän. Tulos osoittaa, että ei ole välttämättä tarkoituksenmukaista keskittyä liikaa biologiseen sukupuoleen, sillä konteksti kuten parisuhteen laatu ja yksilön intrafyysiset prosessit, kasvatus ja aiemmat kokemukset selittävät mahdollisesti laajemmin seksuaalista käyttäytymistä ja sitä kautta seksuaaliviestinnällisiä malleja. Tässä tutkimuksessa korostettiin enemmän suhteen vaiheajattelua kuin sukupuolierojen vaikutusta. Tutkimuksen rajaus jättää huomiotta myös esimerkiksi vastaajien suhdehistorian sekä seksuaalisen viriiliystason, jotka vaikuttavat mitä todennäköisemmin siihen, miten seksistä viestitään.

7.1.3 Epävarmuuden vähentäminen

Kolmannen tutkimuskysymyksen tavoitteena oli lisätä ymmärrystä siitä, miten epävarmuutta pyritään vähentämään.

Bergerin ja Bradagin (1982) mukaan epävarmuutta on eniten suhteen alkuvaiheessa. Tämä tutkimus mukailee olettamusta ja tulosten pohjalta voidaankin sanoa, että korkeimman epävarmuuden aste parisuhteessa esiintyy kahden ensimmäisen kuukauden aikana. Sittenkin kiusallisuuden ja häpeän tunteet sekä pelko toisen reagoitavista kehittyvät keskinäiseksi luottamukseksi, mikä taas edesauttaa seksuaaliviestinnän avoimuutta. Tutkimustulos kertoo siitä, että ensimmäisten kuukausien aikana tapahtuu hyvinkin suuria muutoksia. Täten myös tutkimuksen alle puolen vuoden suhdemarginaalin raja on perusteltua, sillä käyttöönotetut seksuaaliviestinnän mallit vaikuttavat suhteen kehitykseen ja sittemmin suhteen vakiintumiseen: alkuvaiheen viestinnälliset valinnat muodustuvat pysyvämmiksi toimintamalleiksi.

Epävarmuuden vähentämisessä on tämän tutkimuksen tulosten mukaan olennaisinta uskalias vuorovaikutus. Aineistosta ilmenee, että seksuaaliviestinnän rehellisyyttä ja suoraviivaisuutta pidetään ihanteellisena. Kun kiusallisistakin intiimiasioista pystytään keskustelemaan ilman pelkoa kasvojen menetyksestä, saadaan uskoa myös muista vaikeuksista selviämiseen. Tutkimustulosten mukaan korkeimmasta epävarmuudesta koetaan päässeensä eroon silloin, kun toiselle voi sanoa lähes mitä tahansa, pelkäämättä hänen reaktiotaan. Liika asioiden kaunistelu ja korrektius ovat eivät ole vakiintuneessa seurustelusuhteessa toivottavia asioita. Täten on pääteltävissä, että epävarmuutta voidaan vähentää hetkellisellä epävarmuuden lisäämisellä: kun päästään yli ensimmäisistä kiusallisista keskusteluista, läheisyys lisääntyy ja sitä kautta suhdetyytyväisyys paranee. Seksipuheen välttelyllä ei nähdä olevan positiivisia seurauksia paitsi entisiin kumppaneihin liitettävien yksityiskohtien tasolla.

Aiemman tutkimuksen perusteella on oletettua, että kaikissa suhteissa on epävarmuutta alkuvaiheen jälkeenkin. Reese-Weberin (2015) mukaan ne parit, jotka pystyvät keskustelemalla ratkomaan epävarmuuden tunteensa, saavuttavat korkeamman läheisyyden asteen. Tämän tutkimuksen tulokset vahvistavat oletusta, sillä vastaajat raportoivat seksuaaliviestinnän vähentäneen merkittävästi epävarmuutta. Seksistä puhuminen saattaa alkuun olla kiusallista, mutta kun teemaa uskalletaan lähestyä, rentouttaa se molempia suhteen osapuolia ja lisää läheisyyttä.

Epävarmuuden hallinnassa nähdään tärkeänä rakentava vuorovaikutus ja rehellisyydestä huolimatta tietty positiivinen viestintätyyli seksuaalisuuden suhteen. Vaikka aineiston mukaan seksuaaliviestintä ei synnytä negatiivisia vaikutuksia, konfliktien riski nähdään erittäin mahdollisena, mikäli asiat esitetään väärällä tavalla. Voidaankin sanoa, että seksuaaliviestintään liittyy vahvempi toisen tunteiden huomiointi kuin muussa päivittäisviestinnässä, joka voi olla hyvin suoraa. Tässä ilmenee myös seksuaaliviestinnän merkityksen arvostaminen parisuhteissa: osapuolet ymmärtävät että vääränlaisella viestinnällä voi olla suora vaikutus seksuaaliseen kanssakäymiseen ja sitä kautta suhdetyytyväisyyteen. Muun viestinnän merkitystä ei pidetä yhtä merkityksellisenä.

Aiemman tutkimuksen mukaan erityisesti parisuhteen alkuvaiheessa esiintyy paljon epävarmuutta (Berger & Bradac 1982), sillä toista ei tunneta ja hänen reagoimismallejaan on täten vaikea ennustaa. Tämä tutkimus tukee teoriaa, sillä vastaajat kokivat, että suhteen alussa pitää lähteä hieman tunnustellen liikkeelle, ettei satuta toista. Toisaalta osa vastaajista ajatteli olevansa seksuaalisesti kokeneempi kuin kumppaninsa, minkä takia oli nähty viisaimpana olla kertomatta kaikista kokemuksista. Kumppani saattaisi säikähtää tai reagoida muuten negatiivisella tavalla. Mishel (1990) selittääkin, että yksilöt käsittelevät korkeaa epävarmuutta enemmän välttelemällä kuin etsimällä tietoa. Syitä tämänkaltaiseen toimintaan ovat itsesuojelu ja parisuhteen suojelu.

Sekä aiemman tutkimuksen (esim. Berger & Bradac 1982) että tämän tutkimuksen tulosten perusteella voidaan olettaa, että suhteen ensimmäisen kuuden kuukauden aikana kehittyneet mallit seksuaaliviestinnässä ovat ratkaisevia. Yhdessä käyttöönotetut mallit rakentavat sen perustan, jonka päälle muu viestintä ja sitä kautta läheisyys, luottamus sekä kiintymys kehittyvät. Mikäli seksuaaliviestinnässä on alusta alkaen kriittisiä ongelmia tai sitä ei ole, on tarkoituksenmukaista pohtia, miten se on vaikuttanut esimerkiksi emotionaaliseen läheisyyteen. Seksuaaliterapiaan hakeudutaan usein pidemmän yhdessäoloajan jälkeen, jolloin seksuaalisessa kanssakäymisessä on ongelmia kuten haluttomuutta tai potenssihäiriötä. Tässä tilanteessa seksuaaliviestintä voi osoittautua hedelmälliseksi kanavaksi, kun aletaan selvittää suhteen todellisia haasteita. Voi kuitenkin olla, että alusta asti toistuvia haitallisia malleja on vaikea muuttaa tai se vie aikaa. Tietoisuus seksuaaliviestinnän tärkeydestä tulisikin siis ottaa huomioon jo jokaisen suhteen alkuvaiheessa ja on ehkä tarpeellista miettiä, tulisiko parisuhdeterapia käsittää eri tavoin. Sen sijaan että sinne hakeudutaan ongelmatilanteissa, voisikin se olla osa parisuhteen terveydenhoitoa ennaltaehkäisevänä tukitoimena. Jotta seksistä ylipäättään kyetään tai halutaan lisätä tietoisuutta, on ensin tärkeää ymmärtää sen vaikutus koko parisuhteen tilaan ja sitä kautta yksilön hyvinvointiin.

Tämän tutkimuksen tärkeimpänä tuloksena voidaan nähdä seksuaaliviestinnän kokonaisvaltainen vaikutus – sekä alkuvaiheen mallien käyttöönoton merkitys.

7.2 Tutkimuksen arviointi

Tämä tutkimus toteutettiin laadullisena haastattelututkimuksena. Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, millaista seksuaaliviestintä on parisuhteiden alkuvaiheessa. Seksuaaliviestintää pohdittiin sekä yksilön että parisuhteen näkökulmasta, sivuten kevyesti myös kulttuurin vaikutusta. Kokonaisuus on jälkikäteen arvioituna riittävän monipuolinen tarjotakseen lukijalle ymmärrystä aiempien tutkimusten havainnoista. Seksuaaliviestinnän kentässä pystyttiin osoittamaan tarpeellinen tutkimusaukko ja rajaamaan uusi näkökulma aiheeseen. Tutkimusaihe näyttäytyi mielenkiintoisena tutkijalle koko prosessin ajan, mikä edesauttoi tutkimuksen pysymistä aikataulussa sekä huolellisuutta kaikissa työn vaiheissa.

Luotettavuus

Laadullisen tutkimuksen arvioinnissa perinteiset käsitteet reliaabelius ja validius näyttäytyvät ongelmallisina, sillä jokainen yksilö tekee omien kokemusten perusteella omanlaiset tulkintansa tutkimuskohteesta. Hirsjärvi ja Hurme (2015, 187–189) esittävät, että painoarvoa tulisi antaa enemmänkin käsiteanalyysille sekä rakennevalidiudelle. Tutkijan on pystyttävä dokumentoimaan, miten hän on päätenyt luokitteamaan ja kuvaamaan tutkittavien maailmaa juuri niin kuin hän on sen tehnyt. Menettely on kyettävä perustelemaan uskottavasti, mutta toinen tutkija voi silti päätyä erilaiseen tulokseen ilman että se ilmentää tutkimuksen heikkoutta. Hirsjärven ja kumppanien (2004) mukaan laadullisen tutkimuksen luotettavuutta lisää haastattelututkimuksen toteutuksen, aineiston analysoinnin ja tutkijan tulkintatavan tarkka kuvaaminen. Tähän tutkimukseen onkin kuvattu tutkimusprosessin eteneminen vaihe vaiheelta (luku 5), jotta lukija pystyy arvioimaan tulosten luotettavuutta. Tutkimus on mahdollista toistaa tai sitä voidaan käyttää soveltaen jatkotutkimuksen pohjana.

Virtasen (2006, 198) mukaan tutkijan subjektiivisuus näkyy muun muassa tieteellisenä maailmankuvaa, josta lukijaa tulee informoida. Kun tutkijan tieteenfilosofinen ajattelu avataan, lukija tulee tietoisiksi niistä lähtökohdista, joista tutkija tutkimustaan toteuttaa. Tässä tutkimuksessa tutkija on avannut seikkaperäisesti esiymmärrystään kappaleessa 4.2. Rakennevalidiuden kautta

voidaan tarkastella sitä, koskeeko tutkimus suunniteltua aihepiiriä. Toisin sanoen kyse on siitä, käytetäänkö tutkimuksessa käsitteitä, jotka heijastavat tutkituksi aiottua ilmiötä. Tässä tutkimuksessa selvitettiin sitä, millaista seksuaaliviestintä on parisuhteiden alkuvaiheessa. Tutkija määritteli huolellisesti kaikki valitsemansa käsitteet ja perusteli käyttämiensä teorioiden sovellettavuutta. Epävarmuuden vähentämisen teoria oli yksi keskeisimmistä valinnoista nimenomaan alkuvaiheen suhteen tarkasteluun ja se esiintyi myös kolmannessa tutkimuskysymyksessä. Teoriavalinnan voidaan arvioida onnistuneen, sillä myös tutkimuksen aineistosta nousi paljon epävarmuuteen liittyviä teemoja. Läheisyys on olennainen osa parisuhdetta ja seksuaalisuutta ja toimi näin välineenä suhdetyytyväisyyden tarkasteluun. Yksilön seksuaalisuuden kautta oli mahdollista syventää parisuhdeviestintään vaikuttavia tekijöitä, sillä interpersonaalista viestintää ei tulisi tarkastella tyhjiönä, joka syntyy pelkästään kahden ihmisen välisestä vuorovaikutuksesta. Esimerkiksi seksuaalinen itsetunto ja seksuaaliviestintäarkuus auttoivat lisäämään teoreettisesta ymmärrystä siitä, miten seksuaaliviestinnän valinnat rakentuvat ja mitkä tekijät niiden pohjalla vaikuttavat.

Menetelmän arviointi

Tutkimuksen voidaan arvioida onnistuneen sille asetettujen tavoitteiden mukaisesti. Tutkimus kyettiin toteuttamaan suunnitellulla tavalla: teemahaastatteluihin tavoitettiin ennalta suunniteltu määrä vastaajia ja aineistolla pystyttiin vastaamaan tutkimusongelmaan sekä –kysymyksiin. Seuraavassa arvioidaan teemahaastattelun valintaa menetelmänä ja sen käytön onnistumista.

Tutkimuksen tarkoituksena oli tarkastella seksistä puhumista ilmiönä. Teemahaastattelu oli menetelmänä toimiva valinta, koska ennalta luotuja teemoja oli mahdollisuus syventää keskustelun kautta. Kyselylomake olisi voinut olla seksuaaliviestintäaralle vastaajalle miellyttävämpi vaihtoehto, mutta toisaalta keskustelun myötä vastaaja sai myös aikaa pohtia omia tuntemuksiaan ja mahdollisesti tarjota laajempia vastauksia kuin mitä paperille olisi kirjoitettu. Keskustelu säilyi myös riittävän avoimena ja vastaukset olivat hyvin rikkaita. Strukturoidulla haastattelulla oltaisiin saatettu menettää joitakin tärkeitä aineistossa ilmenneitä teemoja. Vaikka haastattelu arvioitiin parhaaksi menetelmäksi tätä tutkimusta ajatellen, on otettava huomioon että interpersonaaliseen viestintään sisältyy aina suurempi itsensäesittämisen aspekti kuin esimerkiksi kasvottomassa lomakekyselyssä. Haastattelijan läsnäolo ja persoona saattavat vaikuttaa siihen, millaisia asioita itsestä halutaan kertoa ja vastaaja saattaa alitajuisesti luoda itsestä antamaansa kuvaa positiiviseksi.

Ihanneminän vaikutus voi näkyä tietyissä vastauksissa vahvempana nimenomaan haastattelumenetelmän myötä. Ihanneminällä (*ideal self-esteem*) tarkoitetaan yleisesti ottaen niitä persoonallisuuspiirteitä, joita yksilö haluaisi itsellään olevan (Remue, Hughes, De Houwer & De Raedt 2014, 1). Ihanneminä saattaa kuitenkin poiketa todellisesta minuudesta.

Haastattelujen ilmapiiristä kertonee se, että vastaajat paljastivat hyvin henkilökohtaisia asioita itsestään ja kertoivat seksielämästään tarkemmin kuin kysymysten myötä olisi ollut tarpeellista. Suurin osa vastaajista jakoi myös negatiivisia kokemuksia ja itselleen kiusallisia aiheita, minkä pohjalta voidaan olettaa, että aineistossa ei merkittävästi esiinny ihanneminän vaikutusta. Tutkijan ennakkokäsitys oli, että vastaajat pitäytyisivät pelkästään miellyttävissä seksuaaliviestintään liittyvissä ilmiöissä, mutta positiivisena ilmiönä tuli myös haavoittuvaisuuden ja epävarmuuksien esiin tuominen. Yksilön oma seksuaalisuus nousi ennakoitua vahvemmin esille, sillä sen kautta peilattiin myös parisuhdeviestintää ja –käyttäytymistä. Tämä lisäsi aineiston rikkautta ja loi kuvaa siitä, että seksuaalisuus on yleisteema, joka värittää yksilön arkipäivää merkittävällä tavalla sekä alitajuisesti että tiedostetulla tasolla. Ulkopuolisen kanssa aiheesta puhuminen koettiin alkujännityksen jälkeen huojentavana ja positiivisena, ikään kuin terapeuttisena kokemuksena. Haastattelukokemukset vahvistivat tutkimuksen ennakko-oletusta siitä, että seksuaaliviestinnän tutkimuksesta hyötyvät myös ne pariskunnat, jotka arvioivat suhdetyytyväisyytensä verrattain korkeaksi.

Tutkimuksen arvioinnissa on ensisijaisesti otettava huomioon haastateltavien valikoitumisen merkitys. Tutkimukseen osallistuminen oli vapaaehtoista, ja ottaen huomioon henkilökohtaisen aihealueen, on mahdollista että yleiseltä seksuaaliviestinnältään arimmat yksilöt eivät ehkä hakeutuneet haastateltaviksi. Tutkimustuloksia onkin tarkasteltava sillä todennäköisyydellä, että vastaajat ovat keskimääräistä enemmän sinut seksuaalisuutensa tai seksuaaliviestintänsä kanssa. Seksuaaliviestintäarkuuden aste ei kuitenkaan suoranaisesti kerro siitä, kuinka paljon parisuhteissa puhutaan seksistä. Voikin olla, että osa vastaajista on hakeutunut haastatteluun nimenomaan sen takia, että ei parisuhteessaan pääse puhumaan riittävästi seksistä. Vastaajien luonnekirjo osoittautui hyvin moninaiseksi: osa yksilöistä oli hyvin itsevarmoja oman seksuaalisuutensa ja siitä puhumisen suhteen, mutta etenkin nuorimmille vastaajille seksistä puhuminen oli hieman jännittävää ja kokemuksena uutta. Voidaan siis arvioida, että vastaajissa oli sekä seksuaaliviestinnältään arkoja että vahvoja yksilöitä.

Tutkimuksen haasteet

Tutkimuksen toteutuksen kannalta ensimmäinen haaste oli haastateltavien tavoittaminen. Hakuilmoitus julkaistiin Facebookissa, Twitterissä sekä LinkedInissä, joista eniten sitä jaettiin Facebookissa ja Twitterissä. Näkyvyydestä ja tilastoiduista lukukerroista huolimatta vastaajia ei tullut alkuun riittävästi, mihin todennäköisesti vaikuttaa tutkimusaiheen henkilökohtaisuus. Lisäksi parisuhteen kestovaatimus (alle kuusi kuukautta) rajasi tehokkaasti potentiaalisten vastaajien määrää. Loput vastaajista löytyi kuitenkin lopulta tuttavien ystäväpiireistä niin, että tutkija ei entuudestaan tuntenut heitä. Mikäli kymmentä vastaajaa ei oltaisi tavoitettu aikataulun puitteissa, olisi tutkimusasetelmaa tai -rajausta mahdollisesti jouduttu miettimään uudelleen tai etsimään vastaajia tutkijan omista verkostoista. Tällöin tutkijan ennakkotiedot ja -oletukset olisivat kuitenkin voineet vaikuttaa heikentävästi tutkimuksen luotettavuuteen.

Toisena haasteista voidaan mainita itse haastattelujen toteuttaminen. Koska tutkimuksessa selvitettiin henkilökohtaisia kokemuksia ja tunteita liittyen seksuaalisuuteen, oli tutkimuksen ilmapiirin luominen äärimmäisen tärkeää. Myöskin kysymysten pohjustamisella ja asettamisella oli merkittävä rooli siinä, etteivät ne ohjailisi liikaa, mutta olisivat kuitenkin riittävän selkeitä. Tutkimuksen voidaan kuitenkin arvioida onnistuneen haastattelujen osalta, sillä aineisto oli kauttaaltaan erittäin rikasta ja haastattelujen luontevuus mahdollisti avoimen keskustelun. Vastaajien jännittämisen voidaan arvioida olleen niin vähäistä, ettei se ole todennäköisesti vaikuttanut juurikaan vastausten laatuun. Vapautuneisuudesta kertoo myös haastatteluiden kesto, sillä pisimmät olivat lähemmäksi kahta tuntia. Lisäksi kaikki vastaajat raportoivat haastattelujen päätteeksi, että kokemus oli ollut heille positiivinen ja osa olisi mielellään halunnut jatkaa keskustelua pidempäänkin.

Aineiston analyysivaiheessa positiivisena ongelmana näyttäytyi aineiston rikkaus. Koska tuloksilla oltaisiin voitu vastata moneenkin kysymykseen, oli välillä vaikeaa keskittyä siihen, mitä juuri tässä tutkimuksessa haluttiin selvittää. Tutkimusongelma ja tutkimuskysymykset osoittautuivat kuitenkin hyvin laadituiksi ja ne auttoivat aineiston analyysissä niin, että juuri tärkeimmät tulokset saatiin seulottua esiin.

Jatkotutkimus

Tässä tutkimuksessa selvitettiin, millaista seksuaaliviestintä on parisuhteiden alkuvaiheessa. Koska vastaavanlaista tutkimusta ei oltu aiemmin toteutettu, oli teemahaastattelu oivallinen valinta. Se mahdollisti myös sellaisten teemojen ilmenemisen, joita ei olisi osattu etukäteen ennustaa. Keskiössä olivat kokemukset ja ilmiön ymmärtäminen. Tämän tutkimuksen pohjalta on mahdollista luoda kyselylomake, tehdä kvantitatiivista tutkimusta samasta aiheesta ja saada näin yleistettävämpi aineisto. Toinen mielekäs tapa toteuttaa jatkotutkimusta olisi vertailututkimus, jossa selvitetään seksuaaliviestinnän muutosta alkuvaiheen parisuhteesta esimerkiksi kahden tai viiden vuoden päähän. Toki tässä asetelmassa vastaajien määrä tulisi olla erityisen laaja, sillä osa parisuhteista saattaa päättyä ennen toista tutkimusajankohtaa.

Vertailututkimusta voitaisiin toteuttaa myös sen suhteen, miten seksistä puhutaan kumppanille ja toisaalta ystävien kesken. Tämä asetelma korostaisi paremmin parisuhteen erityispiirteiden merkitystä seksuaaliviestinnässä, sillä ulkopuoliselle henkilölle voi olla helpompi kertoa itsestään seksuaalisesti. Lisäksi tutkimuksessa pystyttäisiin selvittämään, näyttäytyvätkö soveliaat seksuaaliviestinnän aiheet erilaisina parisuhteessa kuin ystävyysuhteessa.

Tutkimukseen osallistuneet yksilöt olivat pääosin tyytyväisiä parisuhteensa seksuaaliviestinnän tasoon. Olisikin mielenkiintoista tutkia jatkossa niitä pareja, joilla seksuaaliviestintä näyttäytyy ongelmana tai joilla on suoranaisia ongelmia seksin harrastamisen suhteen. Sitä kautta voitaisiin ehkä löytää paremmin niitä ei-rakentavia viestintämalleja, joita parisuhteissa käytetään. Jäisi toki kyseenalaiseksi, kuinka helppo näitä pariskuntia olisi saada osallistumaan tutkimukseen. Tähän tutkimukseen osallistuneiden vastaajien perusteella voidaan olettaa, että seksuaaliviestinnästä on mielekkäämpää puhua silloin, kun siihen on ollaan verrattain tyytyväisiä.

7.3 Lopuksi

Parisuhteen seksuaaliviestintää on tutkittu Suomessa vähän. Etenkin alkuvaiheeseen painottuvaa tutkimusta ei olla juurikaan tehty edes kansainvälisellä tasolla. Täten tutkimus on luonteeltaan kartoittava. Tutkimus toteutettiin laadullisena, kokemuksista ja yksilön merkityksiä korostaen, sillä ilmiössä haluttiin päästä mahdollisimman syvälle. Kun ilmiötä ymmärretään paremmin, voidaan siitä jatkossa tuottaa myös laajempia ja yleistävämpiä tutkimuksia. Tutkimuksen pohjalta voidaan sanoa, että suhteen alkuvaiheen seksuaaliviestintä on merkityksellistä ja sitä on tarpeen tarkastella jatkossa enemmänkin. Suurimmat muutokset tapahtuvat nimenomaan ensimmäisen puolen vuoden aikana, joten esimerkiksi seksuaaliterapian antaminen kriittisessä vaiheessa voi mahdollisesti kantaa pitkälle suhteen tulevaisuuteen. Mikäli alkuvaiheen mallit ovat toimimattomia, niistä rakentuu tottumuksen kautta pysyviä malleja, joita on vaikeampi enää myöhemmin muuttaa. Tutkimuksen keskeisimpänä tuloksena voidaankin pitää sitä, että seksuaaliviestinnän merkittävin kehitys sijoittuu suhteen ensimmäiseen kahteen kuukauteen.

Tutkimuksen toteuttaminen herätti keskustelua aiheen tiimoilta paljon niin sosiaalisessa mediassa kuin kasvokkaisviestinnässä. Vieraatkin ihmiset uskalsivat lähestyä tutkijaa seksiin liittyvissä puheenaiheissa ja ilmeni, että monella on tarve puhua seksistä ja siihen liittyvistä epävarmuuksista. Tähän ei liittynyt ikään, sukupuoleen tai suhdestatukseen liittyviä lainalaisuuksia. Osa raportoi keskustelewansa kaveripiirissä aiheista, mutta myönsi samalla että se saattaa olla tietyllä tapaa pintapuolista ja toisaalta joskus tarve ulkopuoliselle keskustelulle on merkittävämpi kuin kumppanin tai tuttavien kanssa puhuminen. Tutkijan ennakko-oletus siitä, että seksuaaliviestinnän tutkimukselle on tarvetta, vahvistui.

Seksuaalisuuden suhteen ilmenee sama kaava kuin missä tahansa terveydenhoidossa: lääkärille mennään vaivojen kanssa vasta silloin, kun saattaa jo olla liian myöhäistä. Tarkoituksenmukaisella itsehoidolla oltaisiin mahdollisesti voitu ehkäistä vaivojen syntyä ylipäätään. Yleinen tietoisuuden ja keskustelun lisääminen seksuaaliviestinnästä saattaa madaltaa seksuaaliterapian kynnystä. Lisäksi avoimuus sen suhteen, että seksistä voidaan keskustella lähipiirissä ilman häpeän tunteita tai huumorin käyttöä, vaikuttaa todennäköisesti positiivisesti kulttuurimuutokseen. Suhde- ja seksuaaliviiyvyisyys heijastuvat viime kädessä yksilön itsetuntoon, hyvinvointiin ja identiteettikäsitykseen.

KIRJALLISUUS

Afifi, W. & Burgoon, J. 1998. "We never talk about that": A comparison of cross-sex friendships and dating relationships on uncertainty and topic avoidance. *Personal Relationships* 5, 259.

Afifi, W. & Guerrero, L. 1995. What your friends won't tell you: Taboo topics and topic avoidance in same- and cross-sex friendships. Speech Communication Association, San Diego, CA.

Afifi, W. & Guerrero, L. 2002. Motivations underlying topic avoidance in close relationships. Teoksessa Petronio S. (toim.), *Balancing the secrets of private disclosures*. Mahwah, NJ: Erlbaum, 165–180.

Alasuutari, P. 2011. *Laadullinen tutkimus 2.0*. Tampere: Vastapaino.

Aron, A. 2003. Self and close relationships. Teoksessa Leary M. & Tangney J. (toim.), *Handbook of self and identity*. New York, NY: Guilford Press, 442–461.

Babin A. 2012. An examination of predictors of nonverbal and verbal communication of pleasure during sex and sexual satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships* 30, 271, 274.

Banker, J., Kaestle, C. & Allen K. 2010. Dating is hard work: A narrative approach to understanding sexual and romantic relationships in young adulthood. *Contemporary Family Therapy* 32, 173–191.

Berger C. & Bradac J. 1982. *Language and social knowledge: Uncertainty in interpersonal relationships*. London: Edward Arnold.

Birnie-Porter, C. & Hunt M. 2015. Does relationship status matter for sexual satisfaction? The roles of intimacy and attachment avoidance in sexual satisfaction across five types of ongoing sexual relationships. *The Canadian Journal of Human Sexuality* 24, 174.

Byers, E. 2001. Evidence for the importance of relationship satisfaction in women's sexual functioning. *Women and Therapy* 20, 23–26.

Byers, E. & Demmons, S. 2010. Sexual satisfaction and sexual self-disclosure within dating relationships. *Journal of Sex Research* 36, 180–189.

Byers, E. & MacNeil S. 2005. Dyadic assessment of sexual self-disclosure and sexual satisfaction in heterosexual dating couples. *Journal of Social and Personal Relationships* 22, 170.

Caughlin, J., & Petronio, S. 2004. Privacy in families. Teoksessa Vangelisti A. (toim.), *Handbook of family communication*. Mahwah, NJ: Erlbaum, 379–412.

Cline, R., Johnson, S., & Freeman, K. 1992. Talk among sexual partners about AIDS: Interpersonal communication for risk reduction or risk enhancement? *Health Communication* 4, 39–56.

Cupach, W. & Metts, S. 1989. The role of communication in human sexuality. Teoksessa McKinney K. & Sprecher S. (toim), *Sexuality in close relationships*. Norwood, NJ: Ablex, 139–161.

Cupach, W. & Metts, S. 1991. Sexuality and communication in close relationship. Teoksessa McKinney K. & Sprecher S. (toim), *Sexuality in close relationships*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.

Dainton, M., & Aylor, B. 2001. A relational uncertainty analysis of jealousy, trust, and maintenance in long-distance versus geographically close relationships. *Communication Quarterly* 49, 172–188.

Derlega, V., Winstead, B., Mathews, A., & Braitman, A. 2008. Why does someone reveal highly personal information? Attributions for and against self-disclosure in close relationships. *Communication Research Reports* 25, 115–130.

Dewitte, M. 2014. On the interpersonal dynamics of sexuality. *Journal of Sex & Marital Therapy* 40, 211, 218, 221–222.

Dunbar, R., Marriot, A. & Duncan, N. 1997. Human conversational behavior. *Human Nature* 8, 231–246.

Eskola, J. & Suoranta, J. 2000. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 7. painos. Jyväskylä: Vastapaino, 85–87, 174–175.

Eskola, J. & Vastamäki, J. 2001. Teemahaastattelu: Opit ja opetukset. Teoksessa: Aaltola, J. & Valli, R. 2001. Ikkunoita tutkimusmetodeihin I. Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino, 24.

Fauber, R., Gordon E., Heimberg, R., & Montesi J. 2010. The specific importance of communicating about sex to couples' sexual and overall relationship satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 593.

Freud, S. 1953. The standard edition of the complete psychological work of Sigmund Freud. 4. painos. Lontoo: Hogarth Press.

Frye, M. & Trinitapoli J. 2015. Ideals as anchors for relationship experiences. *American Sociological Review* 80.

Gable, S. 2006. Approach and avoidance social motives and goals. *Journal of Personality* 74, 175–222.

Gagnon, J. & Simon, W. 1987. The sexual scripting of oral genital contacts. *Archives of Sexual Behavior* 16, 1–25.

Greeff, A., & Malherbe, H. 2001. Intimacy and marital satisfaction in spouses. *Journal of Sex & Marital Therapy* 27, 247–257.

Haavio-Mannila, E., & Kontula, O. 1997. Correlates of increased sexual satisfaction. *Archives of Sexual Behavior* 26, 399–419.

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2015. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus, 23, 34–36, 42, 48, 73, 140, 187–189.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2004. Tutki ja kirjoita. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy. 128–129, 151–153, 157, 266.

Holmberg, D., & Blair, K. L. 2009. Sexual desire, communication, satisfaction, and preferences of men and women in same-sex versus mixed-sex relationships. *Journal of Sex Research* 46, 57.

Honeycutt, J. & Wiemann, J. 1999. Analysis of functions of talk and reports of imagined interactions (IIs) during engagement and marriage. *Human Communication Research* 25, 401.

Hurlbert, D., Apt, C., & Rabehl, S. 1993. Key variables to understanding female sexual satisfaction: an examination of women in nondistressed marriages. *Journal of Sex & Marital Therapy* 19, 154–165.

Joannides, P. 2006. The guide to getting it on. 4. painos. Waldport, OR: Goofy Foot Press.

Kinnunen, O., Niemi, P. & Järvikoski, A. 1975. Aviollisen vuorovaikutuksen laatuun vaikuttavista tekijöistä. Turun yliopiston psykologian laitoksen tutkimuksia 17/1975, 35.

Knobloch, L. 2007. Perceptions of turmoil within courtship: Associations with intimacy, relational uncertainty and interference from partners. *Journal of Social and Personal Relationships* 24, 363–384.

Knobloch, L. 2008. Communicating under conditions of ambiguity. Teoksessa Baxter, L. & Braithwaite D. 2008 (toim.) *Engaging theories in interpersonal communication: multiple perspectives*. Thousand Oaks, CA: Sage, 133–136.

Kuster, M., Bernecker, K., Backes, S., Brandstätter, V., Nussbeck, F., Bradbury, T., Martin, M., Sutter-Stickel, D. & Bodenmann, G. 2015. Avoidance orientation and the escalation of negative communication in intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology* 109, 262–275.

Laine, T. 2001. Miten kokemusta voidaan tutkia? Fenomenologinen näkökulma. Teoksessa J. Aaltola & R. Valli (toim.) *Ikkunoita tutkimusmetodeihin II*. 3. painos. Jyväskylä: PS-

Kustannus, 26–33, 42, 50.

Laurenceau, J., Troy, A. & Carver, C. 2005. Two distinct emotional experiences in romantic relationships: Effects of perceptions regarding approach of intimacy and avoidance of conflict. *Personality and Social Psychology Bulletin* 31, 1123–1133.

Lawrance, K., & Byers, E. 1998. Interpersonal exchange model of sexual satisfaction questionnaire. Teoksessa Davis C., Yarber W., Bauserman R., Shreer, G. & Davis, S. (toim.) *Sexuality-related measures: A compendium*. 2. painos. Thousand Oaks, CA: Sage 514–519.

Lehtonen, J. 1984. Vaikeneva kulttuuri ja vieraan kielen pelko: miksi suomalainen vaikenee vieraallakin kielellä. Teoksessa K. Sajavaara, M. Leiwo & M. Eloranta (toim.) *AFinLA:n vuosikirja 1984*. Jyväskylä: Suomen soveltavan kielitieteen yhdistys AFinLA 1984, 75–94.

Liu, M. 2012. Speaking the unspeakable: an exploratory study of college women's sex communication in Shanghai, China. *Asian Journal of Communication* 22, 198, 210.

Lucchetti, A. 1999. Deception in disclosing one's sexual history: Safe-sex avoidance or ignorance? *Communication Quarterly* 47, 300–314.

Ma, L., Tyler, J. & VanderDrift L. 2015. Self-presentation of romantic relationships: Audience, attachment, and the self-presentation of relationship intimacy. *Self and Identity* 14, 453.

Mark, K., Herbenick, D., Fortenberry, J., Sanders, S. & Reece, M. 2014. A psychometric comparison of three scales and a single-item measure to assess sexual satisfaction. *Journal of Sex Research* 51, 159–169.

Mark, K. & Jozkowski K. 2013. The mediating role of sexual and nonsexual communication between relationship and sexual satisfaction in a sample of college-age heterosexual couples. *Journal of Sex & Marital Therapy* 39.

Masters, W., Johnson, V. and Kolodny, R. 1995. *Human sexuality*. 5. painos. New York: HarperCollins.

Meeks, B., Hendrick, S. & Hendrick, C. 1998. Self-disclosure, love and relationship satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships* 15.

Metsämuuronen, J. 2000. Laadullisen tutkimuksen perusteet. Helsinki: Methelp, 51.

Miller-Ott, A. & Linder, A. 2013. Romantic partner's use of facework and humor to communicate about sex. *Qualitative Research Reports in Communication* 14, 69.

Mishel, M. 1990. Reconceptualization of the uncertainty in illness theory. *Image: Journal of Nursing Scholarship* 22.

Määttä, K. & Uusiautti S. 2013. Silence is not golden: Review of studies of couple interaction. *Communication Studies* 64.

Oattes, K., M. & Offman, A. 2007. Global self-esteem and sexual self-esteem as predictors of sexual communication in intimate relationships. *The Canadian Journal of Human Sexuality* 16.

Petronio, S. 2002. *Boundaries of privacy: Dialectics of disclosure*. Albany: State University of New York Press.

Reese-Weber, M. 2015. Intimacy, communication, and aggressive behaviors: Variations by phases of romantic relationship development. *Personal Relationships* 22, 205–207.

Reese-Weber, M. & Johnson, A. 2012. Examining dating violence from the relational context. Teoksessa Cunningham H. & Berry W. (toim.), *Handbook on the psychology of violence*. New York, NY: Nova, 53–76.

Reis, H., & Patrick, B. 1996. Attachment and intimacy: Component processes. Teoksessa Higgins E. & Kruglanski A. (toim.), *Social Psychology: Handbook of Basic Principles*. New York: Guilford Press.

Remue J., Hughes S., De Houwer J. & De Raedt R. 2014. To be or want to be: Disentangling the role of actual versus ideal self in implicit self-esteem. *PLoS ONE* 9, 1.

- Renaud, C., Byers, E. & Pan, I. 1997. Sexual and relationship satisfaction in mainland China. *Journal of Sex Research* 34.
- Sallinen-Kuparinen, A. 1986. Finnish communication reticence. Perceptions and self-reported behavior. *Jyväskylän yliopisto: Studia Philologica Jyväskyläensia* 19.
- Schaefer, M. & Olson, D. 1981. Assessing intimacy: The PAIR inventory. *Journal of Marital and Family Therapy* 7.
- Schlenker, B. 2003. Self-presentation. Teoksessa Leary, M. & Tangney J. (toim.), *Handbook of self and identity*. New York: Guilford.
- Schnarch, D. 1997. *Passionate marriage: Keeping love and intimacy alive in committed relationships*. New York: Owl Books.
- Scollon, R. & Wong-Scollon, S. 1990. Athabaskan-English interethnic communication. Teoksessa D. Carbaugh (toim.) *Cultural communication and intercultural contact*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Inc., 285.
- Snell, W., Belk, S., Papini, D. & Clark, S. 1989. Development and validation of the sexual self-disclosure scale. *Annals of Sex Research* 2, 307–334.
- Sprecher, S. & Regan P. 1998. Passionate and companionate love in courting and young married couples. *Sociological Inquiry* 68, 163–185.
- Stanley, S., Bradbury, T., & Markman, H. 2000. Structural flaws in the bridge from basic research on marriage to interventions for couples. *Journal of Marriage and Family* 62.
- Tang, N., Bensman, L., & Hatfield, E. 2012. The impact of culture and gender on sexual motives: Differences between Chinese and North Americans. *International Journal of Intercultural Relations* 36.
- Timm, T. 2009. “Do I really have to talk about sex?” Encouraging beginning therapists to ingenerate sexuality into couples therapy. *Journal of Couple & Relationship Therapy* 8, 24.

Toates, F. 2009. An integrative theoretical framework for understanding sexual motivation, arousal and behavior. *Journal of Sex Research* 46.

Tuhkasaari, P. 2013. Parisuhteen ja paripsykoterapian prosessista. Teoksessa Malinen V. & Alkio P. (toim.) *Paripsykoterapia ja parisuhteen ikuinen arvoitus*. Väestöliitto, 34.

Tynjälä, P. 1999. Oppiminen tiedon rakentamisena – Konstruktivistisen oppimiskäsityksen perusteita. Helsinki: Kirjayhtymä, 25–26.

Virtanen, J. 2006. Fenomenologia laadullisen tutkimuksen lähtökohtana. Teoksessa Metsämuuronen J. (toim.) *Laadullisen tutkimuksen käsikirja*. Jyväskylä: Gummerus, 198.

Väestöliitto. Tietoa seksuaalisuudesta. Viitattu 14.11.2015.
<http://www.vaestoliitto.fi/seksuaalisuus/tietoa-seksuaalisuudesta>

Watzlawick, P., Beavin J. & Jackson D. 1967. *Pragmatics of human communication: A study of interactional patterns, pathologies, and paradoxes*. New York: Norton, 48–54.

Wheeless, L., Wheelless, V. & Baus, R. 1984. Sexual communication, communication satisfaction, and solidarity in the developmental stages of intimate relationships. *Western Journal of Speech Communication* 48.

Wilkins, R. 2005. The optimal form: inadequacies and excessiveness within the asiallinen [matter of fact] Nonverbal style in public and civic settings in Finland. *Journal of Communication* 55.

Worthy, M., Gary, A. & Kahn, G. 1969. Self-disclosure as an exchange process. *Journal of Personality and Social Psychology* 13, 59.

Wrench, J., Brogan, S., McCroskey, J. & Jowi, D. 2008. Social communication apprehension: the intersection of communication and social phobia. *Human Communication* 11, 412.

Yang, M, Yang C. & Chiou, W. 2010 Differences in engaging in sexual disclosure between real life and cyberspace among adolescents: Social penetration model revisited. *Current Psychology* 29.

Yoo, H., Bartle-Haring, S., Day R. & Gangamma R. 2013. Couple communication, emotional and sexual intimacy and relationship satisfaction. *Journal of Sex & Marital Therapy* 40, 275–276.

LIITTEET

Liite 1: HAASTATTELURUNKO

Seksuaaliviestinnän merkitys ja tunteet

- Mitä ajattelet seksuaaliviestinnän parisuhteessa olevan?
- Millaisia tunteita liittyy seksistä puhumiseen kumppanisi kanssa?
- Mistä seksiin liittyvistä asioista puhutte /ette puhu kumppanisi kanssa?
 - Onko joitakin erityisen helppoja tai vaikeita puheenaiheita?
 - Koetko että välttelet/välttelette tietoisesti joitakin puheenaiheita? Onko tämä muuttunut suhteen aikana?
- Millaisissa tilanteissa puhutte tavallisesti seksistä kumppanisi kanssa? (esim. seksin aikana, sitä ennen, sen jälkeen)
- Kuinka usein arvioisit, että puhutte seksistä parisuhteessasi? Koetko olevasi tyytyväinen tähän määrään?
- Jos voisit muuttaa jotakin seksuaaliviestinnässänne: mitä se olisi? Mihin asioihin olet tyytyväinen?
- Millaisia asioita haluat erityisesti tietää / et halua tietää kumppanisi seksuaalisuudesta?
- Miten seksistä puhuminen eroaa muista puheenaiheista, joita käyt kumppanisi kanssa?

Suhdetyytyväisyys ja läheisyys

- Mitä ajattelet läheisyyden olevan parisuhteessa?
 - Onko läheisyys muuttanut muotoaan parisuhteessasi: miten kuvailisit muutosta?
- Miten seksistä puhuminen vaikuttaa (emotionaaliseen) läheisyyteen sinun ja kumppanisi välillä?
- Miten koet, että seksistä puhuminen vaikuttaa suhdetyytyväisyyteen: millä tavalla?
 - Koetko, että sillä voi olla vaikutusta seksuaaliseen tyytyväisyyteen (esim. seksuaaliseen nautintoon tai yleiseen halukkuuteen harrastaa seksiä?)
- Kuvaile parisuhdetta, jossa koet olevasi tyytyväinen: mitä tekijöitä ajattelet suhdetyytyväisyyteen kuuluvan?

Epävarmuus ja ristiriidat

- Onko seksistä puhumisella ollut negatiivisia seurauksia parisuhteessasi: millaisia?
- Miten koet, että seksistä puhuminen voi synnyttää konflikteja: millaisia ja miksi?
- Koetko että pystytte puhumaan seksuaalisista ristiriidoista kumppanisi kanssa? (esim. toisistaan poikkeavat mieltymykset tai erot seksin harrastamisen määrässä)
 - Miten / millaisissa olosuhteissa keskustellette näistä tilanteista?
 - Millaisia tunteita tähän ristiriidoista puhumiseen liittyy?
- Miten koet seksistä puhumisen vaikuttavan parisuhteeseesi? (esim. luottamus / epävarmuus)
- Onko sinulla ja kumppanillasi ollut aikaisempia suhteita? Miten puhutte aikaisempien suhteiden seksielämästä kumppanisi kanssa?
 - Mitä aiheita olette käsitelleet / ette ole käsitelleet?
 - Koetko että haluat tietää (enemmän) kumppanisi seksuaalisesta historiasta?
 - Miten koet että tieto (voi) vaikuttaa parisuhteeseesi?

Seksuaalinen itsestäkertominen

- Millaisena koet seksuaalisista mieltymyksistä kertomisen parisuhteessa?
 - Millaisena näet sen merkityksen?
 - Mitä tunteita siihen liittyy: onko se esimerkiksi vaikeaa tai kiusallista? Miksi?
 - Onko seksuaalisten mieltymysten paljastaminen muuttunut laadullisesti / määrällisesti suhteen kehittyessä: miten?
- Koetko että pystyt kertomaan kumppanillesi seksuaalisista mieltymyksistäsi?
 - Mitä tunteita kertomiseen liittyy?
 - Onko joitakin asioita joita et halua/ kehtaa kertoa: mitä ne ovat ja miksi kertominen saattaa tuntua vaikealta?
 - Koetko pystyväsi kertomaan kumppanillesi niistä seksiin liittyvistä asioista, joista et pidä tai joita et suostu kokeilemaan?
 - Miten kerrot kumppanillesi seksin aikana kokemiesi tunteita, esim. mistä nautit erityisesti tai mistä et pitänyt (seksin aikana, sen jälkeen?)
- Miten kuvailisit seksuaalisista fantasioistasi kertomista?
 - Onko joitakin haaveita, joita et uskalla paljastaa: miksi?
 - Koetko että fantasioista avautuminen vaikuttaa suhteeseesi jollakin tavalla: miten?

